



Col·legi Miró



Sense lactosa



Dilluns

12

Mongeta blanca estofada

Botifarra amb samfaina

Fruita del temps

Dimarts

13

Mongeta tendra amb patates

Escalopa de llom amb amanida d'enciam

Fruita del temps

Dimecres

14

Arròs amb tomàquet
Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

Dijous

8

Arròs 3 delícies

Filet de lluç al forn amb patata panadera

Làctic

Divendres

9

Macarrons amb tomàquet i tonyina

Gall dindi amb amanida d'enciam i soja

Fruita del Temps

Dilluns

19

Lenties estofades

Hamburguesa al forn amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

Dimarts

20

Crema de carbassó

Estofat de carn magra

Fruita del temps

Dimecres

21

Macarrons Napolitana

Truita de patates amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

Dijous

15

Sopa de fideus

Truita de patata amb amanida d'enciam i olives

Làctic

Divendres

16

Macarrons carbonara

Pollastre al forn amb patata panadera

Fruita del Temps

Dilluns

26

Patata i mongeta tendra

Botifarra amb patates xips

Fruita del temps

Dimarts

27

Cigrons estofats

Pollastre al forn

Fruita del temps

Dimecres

28

Arròs amb tomàquet

Gall dindi a la planxa amb amanida d'enciam i soja

Fruita del Temps

Dijous

22

Sopa de fideus

Salsitxes amb samfaina

Làctic

Divendres

23

Arròs 3 delícies

Filet de lluç al forn amb pèsols i salseta

Fruita del Temps

Dilluns

29

Patata estofada

Filet de panga al forn amb verduretes

Làctic

Divendres

30

Macarrons a la siciliana

Truita de patata amb amanida d'enciam i olives

Fruita del Temps



Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma, mandarines, maduixes, meló, síndria,....(segons temporada)

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel Cesnut

www.cesnut.com

Roser Montané Número col. 0681



www.alimentart.com

