

MENÚ SENSE OU



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

Crema de carbassó

Pasta gratinada amb carn

Fruita del temps

2

Macarrons Napolitana

Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

3

Sopa de fideus

Salsitxes de porc amb xips

Iogurt

4

Arros 3 delícies (pastanaga, tonyina i olives)

Filet de lluç arrebossat amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

7

PONT

8

FESTIU

9

Arròs amb tomàquet sofregit casolà

Rodanxa de mussola amb salseta

Fruita del temps

10

Crema de carbassa

Gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga

Iogurt

11

Macarrons a la siciliana (tomàquet, olives i tonyina)

Peix al forn amb salseta

Fruita del Temps

14

Mongeta blanca estofada

Hamburguesa mixta amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

15

Minestra al vapor

Estofat de carn magra

Fruita del temps

16

Macarrons a la bolonyesa

Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

17

Sopa de brou

Gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam i olives

Iogurt

18

Arròs amb sofregit de verduretes

Pollastre al forn amb patates al caliu

Fruita del Temps

21

Patata estofada

Botifarra de pagès amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

22

Sopa de Nadal

Pizza casolana

Postre de Nadal

23

Sopa de galets

Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

24

Arros 3 delícies (pastanaga, pèsols i tonyina)

Rodanxa de caella al forn amb sanfaina

Iogurt

25

NADAL

28

Mongeta blanca estofada

Botifarra de pagés al forn amb tomàquet

Fruita del temps

29

Patates amb pèsols

Escalopa de pollastre al forn amb amanida d'enciam i pastanaga

Fruita del temps

30

Arròs amb tomàquet sofregit casolà

Filet de lluç al forn amb patata panadera

Fruita del temps

31

Sopa de fideus

Gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam i olives

Iogurt



www.alimentart.com



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