

Menú Escolar

No porc



Gener
2013

DILLUNS 14

Arròs amb tomàquet

Filet de lluç al forn amb patates panadera

Fruita del temps

DILLUNS 21

Macarrons amb sofregit de verdura i tomàquet

Filet de lluç amb formatge al forn amb amanida d'enciam i soja

Fruita del temps

DILLUNS 28

Sopa de galets

Truita de patata amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

DIMARTS 8

Mongeta blanca estofada

Hamburguesa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga

Làctic

DIMARTS 15

Brou de carn amb estrelletes

Pernilets de pollastre al forn amb ceba i pastanaga

Làctic

DIMARTS 22

Patates estofades

Hamburguesa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga

Làctic

DIMARTS 29

Espirals amb salsa de tomàquet

Salsitxes de pollastre amb samfaina

Làctic

DIMECRES 9

Crema de verdures

Mandonguilles de pollastre a la jardinera

Fruita del temps

DIMECRES 16

Cigrons estofats

Bunyols de bacallà amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES 23

Llenties estofats

Mandonguilles de pollastre a la jardinera

Fruita del temps

DIMECRES 30

Llenties estofats

Xispes de lluç al forn amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIJOUS 10

Macarrons amb tomàquet

Salsitxes de pollastre al forn amb patates xips

Fruita del temps

DIJOUS 17

Crema de carbassa i pastanaga

Canelons de tonyina casolans

Fruita del temps

DIJOUS 24

Arròs amb pollastre i sofregit de verdures

Pit de pollastre arrebossat al forn amb amanida d'enciam i soja

Fruita del temps

DIJOUS 31

Arròs amb tomàquet

Pizza de tonyina amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES 11

Mongeta tendra amb patates

Filet de gall dindi a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES 18

Sopa de peix fideus

Truita de patates amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

DIVENDRES 25

Mongeta tendra amb patates

Filet de panga al forn amb salsa, pèsols i amanida d'enciam i soja

Fruita del temps

Tots els segons plats van acompanyats de guarnició: amanida, patates fregides, patates xip o verdures. Les fruites del temps son : pera, plàtan, poma, mandarines, maduixes, Kiwi, albercocs,... (segons temporada)

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel Cesnut
www.cesnut.com

