



COL·LEGI MIRÓ

Dijous

Divendres



8

Espaguetis a la Napolitana

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

11

Patata i mongeta tendra
Mandonguilles a la jardinera (pastanaga i pèsols)

Fruita del temps

12

Cigrons estofats amb verduretes
Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam i pastanaga

Fruita del temps

13

Arròs amb tomàquet sofregit casolà
Pollastre al forn amb amanida

Fruita del temps

14

Sopa de galets

Truita de patata amb amanida d'enciam i pastanaga

Iogurt

15

Fideus casolans

Peix al forn amb salseta

Fruita del Temps

18

Mongeta blanca estofada amb verduretes
Hamburguesa mixta amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

19

Espinacs a la crema
Estofat de carn a la jardinera

Fruita del temps

20

Macarrons a la bolonyesa
Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

21

Patata estofada amb verduretes
Truita a la francesa amb amanida d'enciam i olives

Iogurt

22

Sopa de brou

Pollastre amb samfaina

Fruita del Temps

25

Mongeta saltejada
Calamars a la mediterrània

Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verduretes
Pizza de pernil i formatge amb amanida d'enciam i soja

Fruita del temps

27

Arròs amb sofregit de verduretes
Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives

Fruita del Temps

28

Sopa de galets
Rodanxa de lluç amb salseta

Iogurt

29

Macarrons amb tomàquet i tonyina
Pollastre al forn amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del Temps



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



www.alimentart.com

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel Cesnut

www.cesnut.com

Roser Montané Número col. 0681

