

# Menú sense porc

Dilluns

3

**FESTA DE LLIURE DISPOSICIO**

Dimarts

4

Mongeta tendra amb patates  
Escalopa de pollastre amb amanida d'enciam  
Fruita del temps

Dimecres

5

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

Dijous

6

Sopa de pasta  
Trita de patata amb amanida d'enciam i olives  
Làctic

Divendres

7

Espirals carbonara  
Pollastre al forn amb patata panadera  
Fruita del Temps



10

Llenties estofades  
Hamburguesa al forn amb amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps

11

Crema de carbassó  
Gall dindi a la planxa amb amanida d'enciam i soja  
Fruita del temps

12

Macarrons Napolitana  
Bocaditos d'ou amb amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

13

Sopa de galets  
Canalons d'espínacs  
Làctic

14

Arròs 3 delícies  
Filet de lluç al forn amb pèsols i salseta  
Fruita del temps



17

Patata i mongeta tendra  
Salsitxes de pollastre amb patates xips  
Fruita del temps

18

Cigrons estofats  
Pollastre al forn  
Fruita del temps

19

Arròs amb tomàquet  
Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

20

Patata estofada  
Filet de panga al forn amb verdures  
Làctic

21

Espirals a la siciliana  
Trita de patata amb amanida d'enciam i olives  
Fruita del Temps



www.alimentart.com

24

Mongeta blanca estofada  
Hamburguesa de pollastre amb amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

25

Crema de pastanaga  
Bistec amb xips  
Fruita del Temps

26

Macarrons a la Napolitana  
Varetes de peix al forn amb amanida d'enciam  
Fruita del temps

27

Sopa de brou  
Trita de tonyina amb amanida d'enciam i olives  
Làctic

28

Arròs amb sofregit de verdures  
Pollastre al forn amb patates panadera  
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

