



Menú Sense Porc



Dimarts

7 Crema de verdures
Salsitxes de pollastre amb patates xips
Fruita del temps

Dimecres

8 Arròs amb tomàquet sofregit casolà
Croquetes de bacallà amb amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

Dijous

9 Patata Estofada
Rodanxa de mussola amb salseta
Iogurt

Divendres

10 Tallarins a la siciliana (tomàquet, olives i tonyina)
Truita de patata amb amanida d'enciam
Fruita del temps

Dilluns

13 Mongeta Blanca amb verdures
Hamburguesa de pollastre amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

14 Crema de Pastanaga
Bistec amb patates xips
Fruita del temps

15 Macarrons a la Bolonyesa
Varetes de Peix amb amanida d'enciam
Fruita del temps

16 Sopa de Brou
Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives
Iogurt

17 Arròs amb sofregit de verdures
Pollastre al forn amb patata al caliu
Fruita del temps

20 Patata i mongeta
Bunyols de bacallà amb amanida d'enciam
Fruita del temps

21 Llenties amb verdures
Pizza de tonyina amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps

22 Sopa de Galets
Truita de Patates amb amanida d'enciam i olives
Fruita Ecològica

23 Arròs 3 delícies (pastanaga, tonyina i olives)
Rodanxa de caella amb samfaina
Iogurt

24 Macarrons amb tomàquet i tonyina
Croquetes de Pollastre amb amanida d'enciam
Fruita del temps

27 Mongeta Blanca amb verdures
Salsitxes de pollastre amb amanida d'enciam
Fruita del temps

28 Pèsols amb Patata
Escalopa de Pollastre al forn amb amanida d'enciam
Fruita del temps

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

30 Sopa de Pasta
Truita de Patata amb amanida d'enciam i olives
Iogurt

es fruites són : pera, plàtan, poma, mandarines, maduixes, meló,

síndria,...(segons temporada)

S'utilitza oli d'oliva per amanir



www.alimentart.com



si dinem ... podem sopar...

Llegums, fècules o cereals	Verdures cuites o hortalisses crues
Verdures	Fècules o cereals
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita