

MENÚ SENSE PORC



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

Crema de carbassó

Pasta gratinada

Fruita del temps

2

Macarrons Napolitana

Truita francesa amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

3

Sopa de galets

Salsitxes de pollastre amb xips

Iogurt

4

Arròs 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

Truita de patates amb amanida d'enciam i pastanaga

Iogurt

11

Espirals a la siciliana (tomàquet, olives i tonyina)

Peix al forn amb salseta

Fruita del Temps

14

Mongeta blanca amb verduretes

Hamburguesa de pollastre amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

15

Minestra al vapor

Panga a la planxa amb amanida d'enciam i soja

Fruita del temps

16

Macarrons a la Napolitana

Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

17

Sopa de brou

Truita de tonyina 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 amb verduretes

Bunyols de bacallà amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

22

Sopa de Nadal

Pizza casolana

Postre de Nadal



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

