

COL·LEGI MIRÓ

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

2

Patata i mongeta tendra
Botifarra de pagès amb patates xips
Fruita del temps

3

Cigrons estofats
Pollastre al forn amb patates al caliu
Fruita del temps

4

Arròs amb tomàquet sofregit casolà
Nuggets amb amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

5

Canelons gratinats
Rodanxa de mussola amb salseta
Iogurt

6

Fallarines a la siciliana (tomàquet, olives i tonyina)
Trita de patates amb amanida d'enciam
Fruita del Temps

9

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

10

Crema de pastanaga
Rodó de llom amb salseta i patates xips
Fruita del temps

11

Macarrons bolonyesa
Varetes de peix amb amanida d'enciam
Fruita del temps

12

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

13

Arròs amb sofregit de verduretes
Pollastre al forn amb patates al caliu
Fruita del temps

16

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

17

Llenties estofades
Pizza de pernil i formatge amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps

18

Sopa de galets
Trita de patates amb amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

19

Arròs 3 delícies (pastanaga, pernil dolç i pèsols)
Rodanxa de caella amb samfaina
Iogurt

20

Macarrons amb tomàquet i tonyina
Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam
Fruita del Temps

23

Mongeta blanca estofada
Botifarra de pagès al forn amb samfaina
Fruita del temps

24

Patates amb pèsols
Escalopa de pollastre al forn amb amanida d'enciam
Fruita del Temps

25

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

26

Sopa de pasta
Trita de patates amb amanida d'enciam i olives
Iogurt

27

Espirals carbonara (amb bacon i crema de llet)
Pollastre al forn amb patata al caliu
Fruita del temps

30

Llenties estofades amb carn i verduretes
Hamburguesa mixta al forn amb amanida d'enciam i blat de moro
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



www.alimentart.com

