

Menú Escolar



DIMARTS 1

Llenties estofades

Botifarra amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES 2

Espaguetis bolonyesa

Pollastre al forn amb verduretes

Fruita del temps

DIJOUS 3

Crema de carbassó

Trita de tonyina amb amanida d'enciam i olives

Làctic

DIVENDRES 4

Arròs amb sofregit de verduretes

Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

DILLUNS 7

Mongeta blanca estofada

Hamburguesa amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS 8

Amanida rusa

Rodo de llom amb verduretes

Fruita del temps

DIMECRES 9

Crema de carbassa

Trita de patates amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS 10

Arròs amb tomàquet sofregit

Pit de pollastre amb amanida d'enciam i soja

Làctic

DIVENDRES 11

Tallarins amb tomàquet

Filet de lluç al forn amb patates

Fruita del temps

DILLUNS 14

Cigrans estofats

Botifarra de pagès al forn amb patates

Fruita del temps

DIMARTS 15

Amanida de patata

Hamburguesa amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES 16

Macarrons Napolitana

Bistec a la planxa amb amanida d'enciam i soja

Fruita del temps

DIJOUS 17

Mongeta tendra amb patates

Llom a la planxa amb amanida d'enciam i olives

Làctic

DIVENDRES 18

Arròs amb tomàquet

Pollastre al forn amb patates panadera

Fruita del temps

DILLUNS 21

Llenties estofades

Hamburguesa al forn amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS 22

Amanida de pasta

Lluç amb formatge al forn amb amanida d'enciam i soja

Fruita del temps

DIMECRES 23

Sopa de Brou amb estrelletes

Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIJOUS 24

Crema de carbassó

Trita de patates amb amanida d'enciam i olives

Làctic

DIVENDRES 25

Arròs amb tomàquet sofregit

Llom a la planxa amb amanida d'enciam

Fruita del temps

DILLUNS 28

Amanida de patata

Salsitxes amb tomàquet

Fruita del temps

DIMARTS 29

Cigrans estofats

Tilàpia al forn amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES 30

Arròs amb tomàquet sofregit

Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIJOUS 31

Macarrons amb tonyina

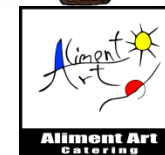
Trita de patates amb amanida d'enciam i olives

Làctic

Octubre
2013



No Lactosa



www.alimentart.com

Tots els segons plats van acompanyats de guarnició: amanida, patates fregides, patates xip o verduretes.

Les fruites del temps son : pera, plàtan, poma, mandarines, maduixes, kiwi, albercocs,... (segons temporada)

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment

pel Cesnut

www.cesnut.com

Quan vagis relaxat i tinguis energia,
Qualsevol cosa que facis serà divertida



Mira Hassan