



Arribada dels Reis mags d'Orient...



DIVENDRES 8

Llenties guisades
amb verdures
Ous durs amb tonyina
i tomàquet
iogurt natural de granja

DIVENDRES 15

Sopa de peix
Pernilets de pollastre a l'allet
amb amanida
Fruita

DILLUNS 11

Mongetes seques guisades
amb verdures
Filet de lluç a la llimona
amb amanida
Fruita

DIMARTS 12

Verdura del temps
Mandonguilles de vedella
guisades amb cuscús
Fruita

DIMECRES 13

Espaguetis amb salsa
d'espínacs
Truita de patata
amb amanida
iogurt natural

DIJOUS 14

Crema de pastanaga
Llenties guisades
amb arròs
Fruita

DILLUNS 18

Llenties guisades
amb verdures
Truita de formatge
amb amanida
Fruita

DIMARTS 19

Sopa de pollastre amb fideus
Estofat de gall dindi
amb amanida
Fruita

DIMECRES 20

Crema de verdures
amb crostons
Mongetes seques guisades
amb verdures
Fruita

DIJOUS 21

Arròs amb tomàquet
Filet de maira a l'andalusa
amb amanida
iogurt natural

DIVENDRES 22

Patates guisades
amb verdures
Rodó de porc rostit amb xips
de verdures casolanes
Fruita

DILLUNS 25

Arròs tres delícies
(ou, pastanaga, pèsols)
Filet de palometa al forn
amb amanida
Fruita

DIMARTS 26

Mongetes seques guisades
amb verdures
Escalopa de gall dindi
amb amanida
Fruita

DIMECRES 27

Espirals a la napolitana
Daus de pollastre rostits amb
patates fregides
iogurt de maduixa

DIJOUS 28

Minestra de verdura
Paella d'arròs de peix
Fruita

DIVENDRES 29

Crema de cigrons amb
carbassa i crostons
Truita de calçots
amb pastanaga ratllada
Fruita

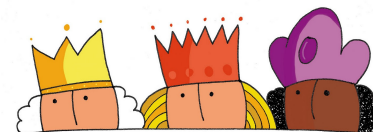
Són productes ecològics certificats i de proximitat:

Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, porc (els llibrets no), iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, lletia, cigró, sucre, llet, oli d'oliva verge extra, oli de gira-sol alt oleic i sal.

La varietat de peix fresc serà: Seitons, sardines, maires...

El iogurt es a doll (format gran).

Inclou el pa diari



Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. Nº de col·legiat 7255.