

Proposta menú setmanal per a tornar a l'escola amb les piles carregades!

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
DINAR	Crema de verdures amb pipes de carbassa	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Llenties amb verduretes	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Espirals amb verdures i formatge ratllat	Cigrons amanits	Amanida verda
	Cuixa de pollastre i un pom de cuscús amb verdures	Botifarra amb enciam i tomàquets xerris.	Salmó al forn amb patata escalivada	Truita de pernil dolç i formatge	Rodó de gall d'indi al forn amb xampinyons	Bacallà amb samfaina	Fideuà de verdures i peix
	Pera	Plàtan	logurt natural	Kiwi	Poma	Raïm	Macedònia de fruites
SOPAR	Quinoa amb verduretes	Espinacs a la catalana	Amanida verda	Sopa de peix amb arròs	Crema de carbassó	Arròs amb shitakes i ceba dolça	Patata i pèsols
	1 ou poché	Pit de gall d'indi a la planxa amb un pom d'arròs	Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge	Llom al forn amb carbassó	Pizza casolana	Lluç a la planxa amb pastanaga i blat de moro	Brotxeta de pollastre, xerris i pinya
	logurt natural	Poma	Pinya natural	Pera	Gelat	Plàtan	Raïm

* L'aigua és la beguda que acompanya tots els àpats