

MENÚ JUNY



X		X DIMECRES 1	X DIJOUS 2	X DIVENDRES 3
		Crema de verdures Panga al forn amb amanida Fruita	Cigrons estofats Trita amb bacó amb enciam i pastanaga Iogurt	Arròs a la cubana Cap de lllom arrebossat amb enciam Fruita
		PER SOPAR Arròs tres delícies Filet de gall d'indi arrebossat amb enciam i pastanaga Broqueta de fruites	PER SOPAR Sopa de lletres Peix al forn amb tomàquet amanit, Préssec	PER SOPAR Crema de porros Trita de formatge amb enciam i blat de moro Iogurt

DILLUNS 6	X	DIMARTS 7	X	DIMECRES 8	X	DIJOUS 9	X	DIVENDRES 10
Patata i mongeta tendra Croquetes casolanes amb enciam Fruita		Tallarines carbonara Emperador al forn amb lilit de patates Fruita		Amanida tropical d'arròs Pollastre al forn amb enciam i blat de moro Fruita		Purè de patata gratinat Peix blanc arrebossat amb tomàquet amanit Flam		Llenties amb suc Salsitxes al forn sobre tomàquet Fruita
PER SOPAR Arròs caldós Sípia estofada amb ceba Iogurt amb maduixes		PER SOPAR Amanida de llenties Bistec a la planxa amb enciam i tomàquet Síndria		PER SOPAR Bròcoli amb patates Papillota de salmó amb verdures Plàtan amb xocolata		PER SOPAR Sopa minestrone Trita de patata i ceba Rodanxes de taronja amb mel i canyella		PER SOPAR Amanida de tomàquet i formatge fresc Conill a la planxa amb patates fregides Kiwi

DILLUNS 13		DIMARTS 14		DIMECRES 15		DIJOUS 16		DIVENDRES 17	
FESTA		Macarrons napolitana Pit de pollastre amb crema de bolets Fruita		Empedrat de mongetes Mandonguilles a la cassola amb suc Fruita		Col i flor amb patata Peix blanc al forn amb enciam i olives Fruita		Crema de carbassó Magra rostida al forn amb suc xips Fruita	
		PER SOPAR Pastís de patata Trita de carxofes amb enciam i blat de moro Broqueta de fruites		PER SOPAR Crema de carbassa Lluç amb salsa verda Taronja		PER SOPAR Sopa de pistons Broqueta de porc amb xampinyons Macedònia		PER SOPAR Gaspatxo Calamar a la planxa amb patata panadera Iogurt amb trossets de kiwi	

DILLUNS 20	X	DIMARTS 21	X	DIMARTS 22	X
Arròs saltejat amb xampinyons Peix a l'andalusa amb enciam Fruita		Espirals amb tomàquet i formatge Trita de pernil enciam i blat de moro Fruita		Amanida d'estiu Canelons gratinats Fruita i per veure... Fanta!	
PER SOPAR Mongeta verda amb patata Filet de vedella a la planxa amb tomàquet amanit Cireres		PER SOPAR Crema freda de tomàquet Amanida de llenties Creppes de fruita		PER SOPAR Sopa de pasta amb verdures Trita de gambetes amb pa amb tomàquet Mango	



Us desitgem que
passeu un bon estiu!

** **PER SOPAR** és una proposta de sopar nutricionalment complert i equilibrat amb el menú del migdia.

