

Menú

BASAL PRIMARIA

GENER

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DINAR				8 Sopa de peix amb fideus Trita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	9 Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassa i porros) Pernilets de pollastre amb salsa barbacoa i amanida (enciam, blat de moro i olives) logurt natural sostenible sense sucre
SOPAR				Mongeta verda saltada amb pernil Contra cuixa de pollastre a la planxa amb tomàquet provençal logurt amb kiwi	Quinoa saltada amb verdures Perca al forn amb amanida Fruita del temps
DINAR	12 Lacets amb salsa de tomàquet Trita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	13 Crema de carbassó Mandonguilles mixtes amb tomàquet i xampinyons Fruita del temps	14 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba) Cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	15 Arròs a la cassola (xampinyons i porros) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt natural sostenible sense sucre	16 Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga) Estofat de gall dindi amb verdures (carbassa i pèsols) Fruita del temps
SOPAR	Purè de pastanaga Wok de tires de vedella amb verdures logurt amb fruita	Sopa juliana Bacallà al pilpil amb piperrada logurt	Amanida capresse Ous estrellats amb patates logurt	Carxofes saltades amb pernil Hamburguesa vegetal a la planxa amb ceba confitada Bol de fruites	Crema de xampinyons amb crostons Varetes de peix amb amanida logurt
DINAR	19 Sopa de l'àvia amb pasta Trita de carbassó amb amanida (enciam, olives i tomàquet) Fruita del temps	20 Bròquil a la crema (formatge i beixamel) Llom arrebossat casolà amb xips Fruita del temps	21 Llenties guisades amb pebrots i carbassa Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) logurt natural sostenible sense sucre	22 Arròs amb sofregit de salsa de tomàquet i ceba Peixet al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	23 Mongeta verda amb patata Estofat de vedella amb carbassó i pastanaga Fruita del temps
SOPAR	Espinacs amb patata Hamburguesa de pollastre a la planxa amb verdures saltades logurt	Hummus amb bastonets Lluç al forn amb amanida logurt	Crema de verdures Trita francesa amb làmines d'albergínia Mandarines	Coliflor a la gallega Magra de porc amb verdures al forn logurt	Sopa de peix amb fideus Wok de gambetes amb verdures Fruita del temps
DINAR	26 Arròs amb verdures (pèsols, carbassa i pebrot vermell) Salsitxes de pagès a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	27 Trinxat de verdures (col, patata i pastanaga) Estofat de pollastre amb pebrots, ceba i xampinyons Fruita del temps	28 Macarrons a la bolonyesa vegetal (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carbassó) Til·làpia al forn amb llimona i amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	29 Cigrons estofats amb espinacs Trita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives) logurt natural sostenible sense sucre	30 Crema de carbassa amb crostons Pizza de pernil dolç i formatge Fruita del temps
SOPAR	Bledes amb patata Fajites de verdures i falafel Mel i mató	Sopa minestrone amb arròs Trita francesa amb amanida logurt	Purè de verdures Gall dindi a la planxa amb carxofes al forn logurt	Minestra de verdures Hamburguesa de vedella amb pebrots Fruita del temps	Pèsols amb patata Broqueta de pollastre adobat amb amanida logurt
DINAR					
SOPAR					