

Menú

BASAL PRIMARIA

MAIG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DINAR					1 FESTIU
SOPAR					
DINAR	4 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre amb verdures saltades (carbassó i pastanaga) Fruita del temps	5 Cigrons estofats amb verdures (carbassa i pebrots) Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps i pa integral	6 Fideuà de verdures (mongeta tendra i pèsols) Lluç al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro) Fruita del temps i pa integral	7 Trinxat de verdures Llenties amb sofregit d'hortalisses (tomàquet, ceba i pastanaga) logurt sostenible natural sense sucre	8 Crema de carbassó amb crostons Salsitxes de porc a la planxa amb amanida (tomàquet, blat de moro i olives) Fruita del temps
SOPAR	Sopa de pollastre Cua de rap a la planxa amb amanida logurt	Bròquil saltat amb all i julivert Wok de gall dindi amb pebrots logurt	Minestra de verdures Llom a la planxa amb albergínia al forn logurt de cabra	Amanida completa amb fruits secs Ous trencats amb pernil logurt	Pizza Pollastre al forn amb patates "a lo pobre" logurt
DINAR	11 Sopa vegetal amb pasta Truita de carbassó amb amanida (enciam, cogombre i olives) Fruita del temps i pa integral	12 Mongetes blanques estofades amb pastanaga i carbassó Llom arrebossat amb amanida (enciam, olives i tomàquet) Fruita del temps	13 Arròs pilaf amb ou dur Til·làpia al forn amb xips Fruita del temps	14 Puré de verdures amb crostons (carbassa i porros) Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps i pa integral	15 Mongeta verda amb patata Llacets a la bolonyesa vegetal (salsa de tomàquet, ceba i soja texturitzada) logurt sostenible natural sense sucre
SOPAR	Hummus amb bastonets de pastanaga Empanada de tonyina logurt	Crema de meló Bacallà al forn amb ceba confitada logurt	Espinacs a la catalana Pintxos de porc adobats amb amanida logurt	Rotllets d'espàrrecs i pernil Remenat d'ou amb xampinyons logurt	Amanida completa amb fruits secs Gall dindi al forn amb amanida Broqueta de fruita
DINAR	18 Bròquil amb patata Hamburguesa mixta a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	19 Pizza margarita Cigrons estofats amb pastanaga i ceba Fruita del temps	20 Crema de patata i carbassó Estofat de gall dindi amb pèsols i xampinyons Fruita del temps i pa integral	21 Llenties amb sofregit de verdures Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives) logurt sostenible natural sense sucre	22 FESTIU
SOPAR	Sopa juliana Sandvitx vegetal amb salmó fumat i formatge logurt	Tempura de verdures Truita francesa amb pastanaga baby logurt amb ametlles	Mongeta verda amb bacó Orada al forn amb amanida logurt	Sopa de tomàquet Bistec de vedella amb porros i carbassa al forn Fruita del temps	
DINAR	25 FESTIU	26 Arròs amb verdures (pebrots, pèsols i bolets) Truita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps i pa integral	27 Crema de verdures amb crostons (pastanaga i ceba) Estofat d'au amb patates a daus Fruita del temps	28 Espaguetis integrals amb tomàquet Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) logurt sostenible natural sense sucre	29 Llenties estofades amb carbassó i quinoa Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps
SOPAR		Trinxat de verdures Gall dindi a la planxa amb cuscús logurt	Carxofes amb salsa romesco Llobarro al forn amb amanida logurt	Quinoa saltada amb pollastre i verdures Fruita del temps	Amanida d'espinacs i formatge feta Ous farcits logurt