

MENÚ NOVEMBRE



DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Arròs saltjejat Bunyols de bacallà amb tomàquet i pastanaga Fruita</p> <p>PER SOPAR Pèsols amb pernil Trita de formatge amb tomàquet amanit Iogurt</p>	<p>Patata i mongeta Pit de pollastre arrebossat amb enciam i olives Fruita</p> <p>PER SOPAR Sopa de pistons Rodanxa de lluç arrebossada amb enciam i pastanaga Poma</p>	<p>Cigrons amb patata Nero a la marinera Barreja d'enciams Fruita</p> <p>PER SOPAR Puré de verdures Pit de pollastre a la planxa amb patates fregides Iogurt natural</p>	<p>Espirals amb beixamel i tomàquet Hamburguesa de vedella amb amanida Iogurt</p> <p>PER SOPAR Sopa vegetal de pasta Trita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet Broquetes de fruita</p>	<p>Crema d'espinaçs Llom amb salsa i xips Fruita</p> <p>PER SOPAR Espaguettis amb tomàquet Rap al forn amb ceba i patata Pinya natural</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Arròs a la cubana Salsitxes amb enciam i pastanaga Fruita</p> <p>PER SOPAR Crema de porros Ous al plat amb salsa de tomàquet Pera</p>	<p>Macarrons Bolonyesa Llenguado al forn amb ceba i patata Fruita</p> <p>PER SOPAR Bròquil amb patata Bistec de vedella amb ceba dolça Suc de taronja natural</p>	<p>Crema de carbassó Pernilet de pollastre a la llimona Fruita</p> <p>PER SOPAR Arròs caldós Croquetes de bacallà amb pastanaga ratllada Poma</p>	<p>Lenties estofades Peix a la romana tomàquet i pastanaga Flam</p> <p>PER SOPAR Sopa de lletres Pit de gall d'indi a la planxa amb patates Kiwi</p>	<p>Patata i pèsols Trita de carbassó amb enciam Fruita</p> <p>PER SOPAR Espirals amb tomàquet Sardinetes al forn amb enciam i pastanaga Iogurt</p>
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Llacets amb tonyina Hamburguesa de pollastre Enciam i blat de moro Fruita</p> <p>PER SOPAR Sopa minestrone Bacallà amb samfaina Raïm</p>	<p>Mongetes sortint de l'olla Magra de porc Tomàquet amanit Fruita</p> <p>PER SOPAR Vichysoise calenta Trita de pernil amb pa amb tomàquet Bol de iogurt amb kiwi</p>	<p>Col-i-flor i patata Estofat de vedella amb pèsols i pastanaga Fruita</p> <p>PER SOPAR Arròs 3 delícies Remenat d'ou amb espàrrecs verds Pinya</p>	<p>Arròs amb verdures Pit de pollastre arrebossat amb amanida Iogurt</p> <p>PER SOPAR Remenat de carbassó Rodanxa de lluç al forn amb tomàquet amanit Poma al forn</p>	<p>Crema de Pastanaga Filet de lluç a la romana amb amanida Fruita</p> <p>PER SOPAR Amanida de tomàquet, formatge fresc, oli i orenga. Cuixetes de pollastre amb ceba Natilles</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Crema de verdures Peix a la papillot i amanida Fruita</p> <p>PER SOPAR Espinaçs a la catalana Trita de pernil amb enciam juliana Mandarines</p>	<p>Puré de patates Mandoguilles amb tomaquet Fruita</p> <p>PER SOPAR Espaguettis amb gambetes Rap al forn amb tomàquet amanit Iogurt</p>	<p>Llenties acompanyades Llibrets de llom amb enciam i olives Fruita</p> <p>PER SOPAR Sopa de verdures i estrelletes Remenat d'ou i xampinyons Kiwi</p>	<p>Tortelini napolitana Panga amb amanida de blat de moro Iogurt</p> <p>PER SOPAR Pèsols saltats Rotllets de pernil i formatge amb enciam juliana Pinya</p>	<p>Arròs a la cassola Pollastre rostit amb amanida Fruita</p> <p>PER SOPAR Amanida del temps Entrepà de pernil Quallada amb mel</p>
DILLUNS 30				
<p>Espirals a la italiana Crestes de tonyina amb amanida Fruita</p> <p>PER SOPAR Bròquil amb patata Botifarra a la planxa amb enciam i tomàquet Préssec amb almívar</p>				

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