



Eat in ENGLISH



logurt
Yoghurt
Mantega
Butter



Oli d'oliva
Olive oil
Mantega
Flour



Formatge
Cheese
Pastis
Cake

| Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres |
|---|--|---|--|--|
| 3 Mongeta tendra perona amb patates Mandonguilles de vedella al forn Amanida logurt | 4 Mongetes estofades Mossets de rosada Tomàquet provençal Fruïta | 5 Espaguetis a la carbonara Abadejo al forn amb samfaina Amanida Fruïta | 6 Arròs amb verdures Pit de pollastre a la planxa Amanida amb tonyina Fruïta | 7 Sopa d'au Truita de patates amb formatge tendre Amanida "Donut de Mona amb ou de xocolata" |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |

SETMANA SANTA

| | | | | |
|---|---|---|--|---|
| 17 SETMANA SANTA | 18 Llenties estofades Our dur amb beixamel Amanida logurt | 19 Crema de carbassa i pastanaga Llom rostit al forn amb ceba i porros Amanida Fruïta | 20 Fideuà Mossets de rosada Tomàquet amanit Fruïta | 21 Sopa de Rap Pollastre rostit "al ajillo" Amanida Préssec en almívar |
| 24 Macarrons a la napolitana Abadejo al forn amb salsa de verdures Amanida logurt | 25 Mongeta tendre rodona amb patates Botifarres a la planxa amb allada Amanida amb tonyina Fruïta | 26 Cigrons estofats Truita amb pernill dolç Amanida Fruïta | 27 Estofat de patates amb vedella Flíet de Lluç al forn amb salseta Amanida Fruïta | 28 Arròs amb salsa de tomàquet Pit de pollastre arrebossat Amanida Fruïta |

En tots els menús s'inclou pa, setmanalment 3 dies integral.

AMANIDES (Pastanaga, enciam, blat de moro, soja, remolatxa, olives segons el dia)

TÈCNICA CULINÀRIA- Riòjana: (ceba, all, porro, tomàquet, pebre vermell dolç, brou de carn, costelles) A la cassola: sofregit de verdura i costella)

Salsa Napolitana: Sofregit de verdures i tomàquet / Samfaina: (Oli, ceba, pebrot vermell, pebrot verd, tomàquet fregit i all mòlt) / Salsa Bolonyesa: (Sofregit de verdures, tomàquet i carn picada) / Salsa jardiner: (Brou de carn, Sofregit de ceba, pebrot vermell i verd, tomàquet, patates, ceba i pastanaga) Salsa Beixamel: (Llet, ceba, farina, sal, all i brou de pollastre)

FRUITA DEL TEMPS (SM: Taronja, poma, plàtan, kiwi, pera, raïm, mandarina....)