




Eat in ENGLISH: Fruits



				
Milk	Sauce	Ravioli	Lasagne	Spaghetti
				
Macaroni	Salt	Pepper	Mush rooms	Eggplant

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		1 Arròs amb salsa de tomàquet  Filet de lluç Amb sasa marinera Amanida Fruita	2  Llentíes estofades  Truita amb pernil dolç  Amanida Fruita	3  Sopa d'rap  Pernilets de pollastre rostits amb Xíps  Préssec en almívar
6 Mongeta tendra Perona amb patates Mandonguilles de vedella rostides amb bolets Amanida logurt	7 Macarrons a la carbonara  Abadejo al forn amb samfaina Amanida Fruita	8 Mongetes estofades  Croquetes d'au  Tomàquet provençal Fruita	9 Arròs amb verdures  Llom rostit al forn  Amanida Fruita	10 Sopa d'au  Truita de patates amb formatge tendre Amanida amb tonyina Fruita
13 Estofat de patates amb verdures Bacallà arrebossat amb all i julivert Amanida logurt	14 Llentíes Riojana  Our dur amb beixamel  Amanida Fruita	15 Crema de carbassa amb pastanaga  Rodó de vedella rostit al forn  Amanida Fruita	16 Fideuà  Filet de Lluç al forn amb ceba i alls Tomaquet amanit Fruita	17  <b>FESTA LOCAL</b>
20 Mongeta tendre rodona amb patates Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida logurt	21 Mongetes estofades  Truita de carbassó  Amanida Fruita	22 Espaguetis a la bolonyesa  Abadejo al forn amb salseta de verdures Amanida Fruita	23 Paella mixta  Mossets de rosada Tomaquet amanit Fruita	24 Sopa d'au  Pollastre al ajillo Amanida amb tonyina Fruita
27 Estofat de vedella amb patates Bacallà arrebossat amb all i julivert Amanida logurt	28 Macarrons a la napolitana  Salsitxes saltejades al forn  Tomaquet amanit Fruita	29 Crema de carbassó  Pit de pollastre a la planxa amb xíps Amanida amb tonyina Fruita	30 Cigrans estofats  Our dur amb salsa de tomàquet Amanida Fruita	31 Arròs tres delícies  Filet de Lluç amb salsa verda Amanida Préssec en almívar

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

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

TÈCNICA CULINÀRIA- Riojana: (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 molt) / Salsa Bolonyesa: (Sofregit de verdures, tomàquet i carn picada) / Salsa jardinerà: (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....)