

MENÚ ORIENTATIU

Setmana sencera

Menú PRIMAVERA-ESTIU 2017-2018

ESCOLES, ESPLAIS i FAMÍLIES



	ESMORZAR	DINAR	BERENAR	SOPAR
DILLUNS	Llet amb cacau / cafè Pa integral, galetes, margarina i melmelada, cereals i embotit Fruita del temps	Arròs blanc amb tomàquet / amb verdures Amanida Daus de vedella a la jardinera Fruita del temps	Pa amb pernil cuit	Sopa de brou amb pistons*(1) Amanida Truita de patates i pa amb tomàquet Iogurt natural
DIMARTS	Llet amb cacau / cafè Pa integral, galetes, margarina i melmelada, cereals i embotit Fruita del temps	Llenties estofades amb hortalisses*(2) Amanida Aletes de pollastre al forn amb carbassó al forn Fruita del temps	Pa amb formatge	Purè de verdures amb crostons Amanida Lluç a la romana / a la llauna Iogurt natural
DIMECRES	Llet amb cacau / cafè Pa integral, galetes, margarina i melmelada, cereals i embotit Fruita del temps	Macarrons a la napolitana Amanida Salsitxes de porc al forn / Botifarra al forn amb bolets Fruita del temps	Pa amb xocolata	Mongeta tendra i patata Amanida Pit de gall dindi amb salsa de poma Iogurt natural
DIJOUS	Llet amb cacau / cafè Pa integral, galetes, margarina i melmelada, cereals i embotit Fruita del temps	Patates quisades amb verdures*(3) Amanida Pollastre a la planxa amb patates fregides i pebrot fregit Fruita del temps	Pa amb pernil cuit	Arròs a les fines herbes Amanida Bacallà al forn amb patata panadera amb guarnició de samfaina Iogurt natural
DIVENDRES	Llet amb cacau / cafè Pa integral, galetes, margarina i melmelada, cereals i embotit Fruita del temps	Amanida completa amb ou dur i tonyina Amanida Pizza casolana de pernil i bacó*(4) Fruita del temps	Pa amb formatge	Purè de verdures Amanida Hamburguesa de vedella amb guarnició de ceba confitada Iogurt natural
DISSABTE	Llet amb cacau / cafè Pa integral, galetes, margarina i melmelada, cereals i embotit Fruita del temps	Macarrons al pesto o a la bolonuesa Amanida Pollastre al forn amb guarnició d'albergínia arrebossada Fruita del temps	Pa amb xocolata	Sopa de brou amb pistons Amanida Truita de patates amb croquetes de pollastre o Lluç al forn amb salsa verda Iogurt natural
DIUMENGE	Llet amb cacau / cafè Pa integral, galetes, margarina i melmelada, cereals i embotit Fruita del temps	Cigrons saltejats amb picada d'all i julivert Amanida Canelons de carn o Carn magra de porc a la planxa amb patates xips Fruita del temps / Postres làcties	Pa amb formatge	Bròquil amb patata Amanida Abadejo amb samfaina Iogurt natural

El menú pot variar per adaptar-se als grups (pic-nics) o per causes del servei (núm. de places, canvis de grup, proveïdors...)

***S'indiquen en verd negreta els complementos i preparacions culinàries per als àpats dels adults.**

Guarnicions: Xampinyons saltejats, carbassó daus, carbassó arrebossat, pastanaga daus, patata panadera, patates fregides, samfaina, ceba, pebrots etc.

S'ofereix pa integral a tots els àpats, a més a més de l'esmorzar.

Es cuina amb oli d'oliva alt oleic i s'amaneix amb oli d'oliva

***(4) Cases on no sigui possible elaborar la pizza: Escalopa de porc**

Per als mesos de JULIOL i AGOST i dies calorosos:

***(1)** Amanida de pasta i truita de carbassó ***(2)** Amanida de lleties ***(3)** Ensalada russa