

Menú Març 2023

SENSE CARN



DIMECRES 1		DIJOUS 2		DIVENDRES 3
Cigrons amb espinacs		Sopa de pasta (brou vegetal)		Arròs amb sofregit de verdures, tomàquet i formatge ratllat
Peix a la planxa amb amanida, api i poma		Filet de lluç al vapor amb ceba, carbassó i pastanaga		Truita de carbassó amb enciam, pastanaga i rave
Iogurt natural / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 6		DIMECRES 8		DIVENDRES 10
Arròs amb verdures		Crema de carbassa		Llenties estofades
Truita a la francesa amb all i julivert amb enciam tres colors		Peix al forn amb poma i pastanaga		Salmó a la planxa amb enciam i olives
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Iogurt natural / Pa
DILLUNS 13		DIMECRES 15		DIVENDRES 17
Espaguetis amb bolonyesa vegetal		Sopa minestrone amb cigrons		Trinxat de bledes i oli d'all
Falafels amb amanida de temporada		Peix a la planxa amb patates i pastanaga		Seitons amb salsa marinera i pèsols
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 20		DIMECRES 22		DIVENDRES 24
Paella de verdures		Tallarines amb tomàquet i formatge		Patates estofades
Truita d'espinacs amb panses i enciam amb tomàquet i blat de moro		Gall de Sant Pere al forn amb juliana de carbassa i ceba		Truita a la francesa amb tomàquet amanit
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Iogurt natural / Pa
DILLUNS 27		DIMECRES 29		DIVENDRES 31
Galets al pesto		Arròs amb tomàquet		Mongeta tendra amb patates
Peix al forn amb tomàquet amanit		Truita paisana (patata, ceba i pebrot) amb enciam, pastanaga i blat de moro		Mandonguilles vegetals guisades amb pastanaga i pèsols
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Flam / Pa

- TOT EL PEIX ÉS SENSE ESPINES.
- FRUITA DE TEMPORADA. PA BLANC I INTEGRAL.
- TOTS ELS PLATS ESTAN AMANITS AMB OLI D'OLIVA VERGE EXTRA.