

ERNEST LLUCH

MARÇ

DL

DT

DC

DJ

DV

Arròs integral amb sofregit de tomàquet
Mossets de rap enfarinats
Cogombre i blat de moro

Fruita i pa integral

2

Amanida d'enciams amanits
tomàquet i formatge fresc

Lasanya amb bolonyesa vegetal

Fruita i pa integral

3

Caldereta de cigrons ecològics de l'horta (patata, col, pastanaga, ceba i porro)

Truita de pernil cuit
enciam amanits, raves i olives
verdes

Fruita i pa integral

4

Patates al forn amb all i oli suau

Pollastre al forn amb farigola

Enciams amanits i pastanaga

Fruita i pa integral

5

Jornada gastronòmica de Finlàndia

Crema nòrdica de verdures

Mandonguilles Kötthbullen del nord
Purè escandinau

logurt i pa integral

6

Amanida d'enciams amanits,
tomàquet, olives i cogombre

Llenties estofades amb verdures
((Pebrot, tomàquet, ceba,
Pastanaga i porro)

Fruita i pa integral

9

Pèsols amb patata bullits amb oli

Ventresca de lluç al forn amb all i
julivert

Enciams amanits, pastanaga i
olives

Fruita i pa integral

10

Sopa d'au i fideus

Truita de patates i ceba
Enciams amanits i blat de moro

Fruita i pa integral

11

Bròquil amb Pastanaga i patata
bullida

Aletes de pollastre adobades

Tomàquet amanit

Fruita i pa integral

12

Jornada Gastronòmica d'Indonèsia

Arròs tropical de Java (pastanaga,
blat de moro, eciam i pernil dolç)

Sate Kalkun Bakar (Pinxits de gall
d'indi adobats amb enciam)

logurt i pa integral

13

Crema de carbassa

Espaguetis amb bolonyesa
vegetal de soja

pa integral i Fruita

16

Cigrons estofats amb Pastanaga

Truita de carbassó
Enciams amanits, pastanaga i
olives

Fruita i pa integral

17

Patates amb mongeta tendre a
l'allet

Hamburguesa de vedella al forn
enciam amanits, raves i blat de
moro

Fruita i pa integral

18

Mongetes seques saltades amb
all i julivert

Cuixetes de pollastre al forn

Enciams amanits i cogombre

Fruita i pa integral

19

Jornada Gastronòmica del Senegal

Arròs de la sabana africana

Seitó en tempura de Dakar
Enciam amanit

logurt i pa integral

20

Arròs integral tres delícies
(Pastanaga, pèsols i blat de
moro)

Truita de verat

Enciams amanits i olives

Fruita i pa integral

23

Coliflor gratinada amb beixamel

Bocins vegetals Arrebossats amb
salsa de tomàquet casolana

Enciams amanits i remolatxa

fruita i pa integral

24

Crema de pèsols i Pastanaga

Escalopins de llom de porc amb
samfaina

Daus de patata

Fruita i pa integral

25

Espaguetis al pesto d'alfàbrega

Salmó rostit amb all fi i julivert
fresc

enciams amanits i blat de moro

Fruita i pa integral

26

Jornada gastronòmica de Cuba

**Mongetes pintes estofades de
l'Habana**

Pollastre rostit al estil cubà

Tomàquet amanit

logurt i pa integral

27