

ERNEST LLUCH

ABRIL

DL

DT

DC

DJ

DV

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

Truita de patates i ceba
daus de carbassó saltats

pa integral i iogurt

7

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

Hamburguesa de pollastre al forn
tomàquet amanit

Fruita i pa integral

8

Bròquil amb Pastanaga i patata bullida

Daus de lluç arrebossats
Enciams amanits

Fruita i pa integral

9

Escudella barrejada amb fideus

Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)

Fruita i pa integral

10

Arròs integral amb sofregit de tomàquet

Truita de Carbassó
Enciams amanits i olives
Fruita i pa integral

13

Trinxat de col i Patata

Escalopins de llom de porc al forn
enciam amanits, raves i blat de moro

Fruita i pa integral

14

Amanida d'enciams, tomàquet, olives i Pastanaga
Macarrons amb bolonyesa vegetal

Fruita i pa integral

15

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

Aletes de pollastre adobades
Enciams amanits

Fruita i pa integral

16

Crema de carbassó
Maira de Palamós enfarinada
enciams amanits i Pastanaga

pa integral i iogurt

17

Arròs amb sanfaina

Bocins vegetals Arrebossats amb salsa de tomàquet cassolana
Enciams amanits i cogombre
Fruita i pa integral

20

Mongetes seques saltades amb all i julivert

Pollastre al forn amb farigola
tomàquet amanit
Fruita i pa integral

21

Patates al forn amb all i oli suau
Salmó rostit amb all fi i julivert fresc
enciams amanits i blat de moro
Fruita i pa integral

22

MENÚ DE SANT JORDI!!!
Sopa d'au i lletres

Llibrets de gall d'indi i formatge
tomàquet amanit

Pastís de sant Jordi i pa integral

23

Crema de verdures de temporada
Truita de patates i ceba
Xampinyons saltats

Fruita i pa integral

24

Sopa d'au amb arròs

Ventresca de lluç al forn amb all i julivert
Enciams amanits i olives
Fruita i pa integral

27

Amanida russa (patata, Pastanaga, mongeta, olives i maionesa opcional)
Cuixetes de pollastre al forn
Enciams amanits
Fruita i pa integral

28

Espaguetis Integral al pesto d'alfàbrega

Truita de verat amb tomàquet amanit

Fruita i pa integral

29

Festa!

30