

MARÇ 2023

SENSE CARN

SANT JORDI

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

		1 Arròs a la cubana (tomàquet fregit i ou dur) Hamburguesa de peix a la planxa amb verdures logurt	2 Crema de porros Filet de peix amb tomàquet i bolets Fruita de temporada	3 Llenties estofades amb verdures Varetes de peix amb patates xips Natilla
6 Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba amb tomàquet forn Préssec amb almíbar	7 Bajoca i patata bullida Filet de peix amb salsa tomàquet i verdures Fruita de temporada	8 Arròs caldós de peix Lluç al forn amb verdures logurt	9 Pasta amb tomàquet i tonyina Filet de peix arrebossat amb amanida Fruita de temporada	10 Crema de verdures Pizza de tonyina Natilla
13 Bajoca i patata bullida Hamburguesa de peix a la planxa amb verdures Fruita de temporada	14 Crema de verdures Truita de patata i carbassó amb tomàquet al forn Fruita de temporada	15 Arròs amb verdures Mandonguilles de peix guisades amb verdures logurt	16 Sopa de pasta (fumet) Llenguadina al forn amb verdures Fruita de temporada	17 Macarrons amb salsa de tomàquet Peix fregit amb amanida Natilla
20 Pasta a la napolitana Peix guisat amb verdures Fruita de temporada	21 Estofat de patata amb verdures Mandonguilles de peix amb tomàquet Fruita de temporada	22 Crema de carxofes Hamburguesa de peix amb puré de patata logurt	23 Sopa de pasta (fumet) Truita de patata amb tomàquet al forn Fruita de temporada	24 Canelons d ' espinacs Crestes de tonyina amb amanida Natilla
27 Cigrons amb verdures Filet de peix amb samfaina Fruita de temporada	28 Bajoca i patata amb beixamel gratinada Hamburguesa de peix a la planxa amb verdures Pinya amb almíbar	29 Crema de carbassó Truita francesa amb patata caliu logurt	30 Pasta amb tomàquet i tonyina Mandonguilles de peix guisades amb verdures Fruita de temporada	31 Arròs 3 delícies (sense pernil) Croquetes de peix amb amanida Natilla

Tradimamma catering es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Helena Gràcia Gubau
Nutricionista—dietista

