

Dilluns

2

Dimarts

3

Dimecres

4

Dijous

5

Divendres

6

9

Arròs amb salsa de tomàquet
Trita a la francesa
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
logurt natural

i per sopar...
Purè de bròquil i pastanaga
Sonsos arrebossats
Fruita natural de temporada

10

Llenties estofades
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida juliana de colors
Pastís de patata, carn picada de vedella i xampinyons gratinat al forn
Fruita natural de temporada

11

12

Sopa de carn amb pistons
Fricandó de vedella amb xampinyons
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de quinoa, pastanaga, blat de moro, alvocat, xerri i olives negres
Ous farcits de tonyina i olives verdes
Fruita natural de temporada

13

Llacets amb beixamel i formatge
Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja
Fruita de temporada

i per sopar...
"Gazpacho"
Pizza casolana amb xampinyons, mozzarella, olives i pernil salat
logurt natural amb síndria

16

Sopa de fideus
Cuixa de pollastre a la planxa
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de bròquil i pastanaga
Llom de salmó a la planxa
Fruita natural de temporada

17

Mongeta tendra amb patata
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
logurt natural

i per sopar...
Patates al forn amb ceba
Falafel
amb salsa tzatziki
Fruita natural de temporada

18

Espirals a la carbonara amb formatge ratllat
Salsetes de porc a la planxa
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres
Fruita de temporada

i per sopar...
"Gazpacho"
Bistec de vedella a la planxa amb patata al caliu
logurt natural amb ametlles

19

Llenties amb verdures
Trita a la francesa
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Sandvitx d'alvocat, olivada i bonítol
Fruita natural de temporada

20

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Gall dindi guisat amb xampinyons i pastanagues
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa saltada amb bròquil i pastanaga ratllada
Ous farcits d'estiu
Fruita natural de temporada

23

Llenties estofades
Trita de patata i fonoll
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida amb fruits secs
Orada al forn amb moniato
logurt natural

24

Coliflor gratinada amb beixamel
Peix fresc de Mercat
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de logurt grec, oli, menta i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de cigrons amb blat de moro, pastanaga i tonyina
Filet de porc amb salsa de formatge
Fruita natural de temporada

25

Sopa de fideus
Filet de gall dindi a la planxa amb salseta de tomàquet casolana
Fruita de temporada

i per sopar...
Cuscús amb cigrons i verdures d'estiu
Alvocat i tomàquet amanit
Fruita natural de temporada

26

Paella mixta d'arròs (pollastre, sípia i gambes)
Croquetes d'espínacs
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua, pastanaga ratllada i olivetes negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de pastanaga
Quiche d'ou amb verdures
Fruita natural de temporada

27

Espaguetis integrals a la napolitana amb formatge ratllat
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques
Postres d'aniversari

i per sopar...
Verdures saltades amb arròs, pinyons i panses
Bistec de vedella a la planxa
Alvocat i tomàquet amanit
Fruita natural de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mollera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.