

MENJADOR ESCOLA D'OLVAN

PROPOSTA DE SOPARS D'ABRIL

CURS 2023-2024



DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOURS 4	DIVENDRES 5
FESTIU	Sopa de verdures i fideus Peix Fruita de temporada.	Quinoa amb bledes i fruits secs Fruita de temporada i iogurt natural	Col i flor esmicolada amb pèsols , truita i daus de gall dindi o tempeh Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet . Filet de peix a la planxa amb Amanda Fruita de temporada.
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOURS 11	DIVENDRES 12
Arròs amb carbassó truita Fruita de temporada	Crea de carbassó i patata Filet de pollastre o tempeh Fruita de temporada.	TROBADA AMB MONTMAJOR	Sopa de ceba Peix blanc Fruita de temporada.	Amanida de cirerols amb ous de guatlla pa amb tomàquet i formatge d e cabra Fruita de temporada
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOURS 18	DIVENDRES 19
Truita de patata i ceba amb carbassó enfarinat Fruita de temporada.	Crema de pèsols amb encenalls de ametlla o pernil Ou dur Fruita de temporada.	Amanida amb poma, col i olives Cigrons Iogurt natural amb canyella	Mongetes amb carbassó Ou dur Fruita de temporada	Peix al forn amb verdures - alberginia, pastanaga, carbassa amb herbes Fruita de temporada
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOURS 25	DIVENDRES 26
Sopa de verdures amb tires de tofu i fideus Fruita de temporada i iogurt natural	Amanida de cirerols i olives Peix Iogurt natural.	Crema de pastanaga amb ametlles laminades. Truita Fruita de temporada.	Wrap de blat de moro farcit de mozzarella i espinacs Fruita de temporada.	Quinoa amb verdures Daus de salmó saltats Fruita de temporada.
DILLUNS 29	DIMARTS 30			
Crema de pèsols Tires de patata i peix Fruita de temporada.	Amanida Truita d'all tendres Fruita de temporada Amb mató			

MENJADOR ESCOLA D'OLVAN
PROPOSTA DE SOPARS D'ABRIL

CURS 2023-2024



>