



El menú d' **Abril 26**



Data	Els dinars de la Xarranca	Propostes de sopars
dm.7	Arròs amb pèsols; Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga; Fruita	Cigrons freds amb tomàquets i pebrot verd; Peix a la planxa; Fruita
dc. 8	Sopa de pasta; Salsitxes al forn amb enciam i tomàquets; Fruita	Patata i bledes amb seità; Mel i mató
dj. 9	Crema de porros; Espaguetis amb soia; Fruita	Arròs amb gambetes, all i julivert; Bistec de vedella; Poma al forn
dv.10	Patata i mongetes; Bunyols de bacallà casolans amb xips; Iogurt	Amanida de margallons i tomàquets; Salsitxes de gall dindi; Fruita
11-12		
dll 13	Espaguetis amb xampinyons; Truita de pernil amb tomàquets al forn; Fruita	Puré de llenties; Salmó a la planxa; Poma a la planxa amb pruna
dm. 14	Coliflor, pastanaga i patata; Llom a la planxa amb enciam, cogombre i blat de moro; Fruita	Arròs tres delícies; Seitons fregits; Làctic
dc. 15	Enciam, pastanaga, ceba tendra i ou dur; Mongetes seques amb samfaina; Fruita	Saltejat de verdures; Brotxetes de conill; Iogurt de cabra
dj. 16	Cuines del Món: Pollastre amb arròs i plàtan de República Dominicana; Iogurt	Espaguetis integrals al pesto; Perca al forn amb carbassa; Fruita
dv.17	Cigrons amb espinacs; Peix fresc amb enciam, raves i olives; Fruita	Sopa juliana amb blat sarraí; Truita de tonyina; Compota de plàtan
18-19		
dll. 20	Amanida de llenties, enciam, tomàquet i ceba tendra; Croquetes de pollastre amb carbassó, ceba, pastanaga i moniato al forn; Fruita	Crema de llenties; Bistec de vedella; Fruita
dm. 21	Espinacs amb patata; Vedella estofada amb pèsols; Iogurt	Arròs amb pèsols; Bacallà forn; Fruita
dc 22	Amanida d'arròs amb enciam, pastanaga, olives i tonyina; Calamars a la romana amb tomàquet i ceba tendra; Fruita	Sopa de peix amb quinoa; Seitons amb saltejat de bolets; Pera al forn
dj 23	Enciam, cogombre i nous; Cigrons guisats amb hortalisses; Postres de san Jordi	Patata i mongeta verda; Pollastre arrebossat; Fruita
dv.24	Espaguetis marciàns amb crema de llet i espinacs; Truita de formatge; Fruita	Puré de carbassó; Calamars a la romana; Làctic
25-26		
dll.27	Llenties amb oli d'oliva; Pollastre arrebossat amb enciam, panses i olives; Fruita	Puré de patates; Bacallà a la planxa; Làctic
dm.28	Sopa de cigrons, patata i arròs; Ous amb salsa de tomàquet, ceba i pèsols; Fruita	Espaguetis integrals al pesto; Perca al forn; Iogurt de cabra
dc.29	Pèsols i patata; Estofat de gall dindi al curry amb pastanaga; Iogurt	Saltejat de verdures; Brotxetes de porc; Fruita
dj 30		

Tots els menús van acompanyats de pa integral i aigua embotellada. El peix fresc no s'especifica per raons de mercat. Els iogurts sempre són naturals sense sucre. La fruita sempre és fresca de temporada.

La Xarranca, sccl.

Tel: 649185007 laxarranca@gmail.com



laxarrancasccl