



## El menú del mes. JUNY 26



Data	Els dinars de La Xarranca	Propostes de sopars
dll. 1	Espirals freds amb tomàquet, formatge i olives; Ous farcits amb enciam juliana i pastanaga; Fruita	Arròs tres delícies; Llom a la planxa; Fruita
dm. 2	Arròs amb pèsols, truita i pernil dolç; Pollastre a la planxa amb enciam, tomàquet i formatge fresc; Fruita	Espaguetis integrals al pesto; Perca al forn amb carbassa; Làctic
dc. 3	Crema de carbassó; Macarrons amb carn picada, ceba i tomàquet; Fruita	Saltejat de verdures; Brotxetes de conill; Iogurt de cabra
dj. 4	Mongetes seques amb oli d'oliva; Peix fresc amb saltejat de xampinyons; Gelat	Sopa juliana amb quinoa; Crestes de tonyina; Compota de pera
dv. 5	Mongetes verdes, pastanaga i patata; Escalopa de vedella amb enciam, pera i fruits secs; Fruita	Arròs saltejat amb gambetes; Pollastre al la planxa; Làctic
6-7		
dll 8	Arròs amb tomàquet; Truita de pernil amb enciam, cogombre i pipes; Fruita	Patata i mongeta verda; Bacallà al forn; Boles de cacau amb dàtils i avellanes
dt. 9	Crema de pastanaga; Pollastre al forn amb tomàquets i olives; Fruita	Amanida de tomàquets i formatge fresc; Calamars a la romana; Làctic
dc. 10	Cigrons amb espinacs; Bunyols de lleties amb tomàquets al forn; Iogurt	Amanida de pasta amb ou dur, tonyina i tomàquet; Fruita
dj. 11	<b>Cuines del Món:</b> Kotlet Schabowy de Polònia; Fruita	Arròs amb pèsols; Pollastre al forn; Poma en compota
dv.12	Gaspatxo amb peixets; Fideuà amb gamba i calamar; Fruita	Sopa de peix amb blat sarraí; Gall dindi a planxa amb saltejat de bolets; Fruita
13-14		
dll.15	Amanida de lleties, enciam, ceba tendra i tomàquet; Pollastre a la planxa amb carbassó arrebossat; Fruita	Espirals d'espelta amb gambetes, all i julivert; Hamburguesa de seità; Fruita
dt.16	Bròquil, pastanaga i patata; Vedella estofada amb pèsols; Fruita	Amanida de margallons i tonyina; Croquetes de bacallà; Mel i mató
dc.17	Enciam, ou dur, blat de moro i poma; Canelons/macarrons amb tonyina; Fruita	Bledes amb patates; Salsitxes de pollastre; Làctic
dj.18	Arròs amb bolets; Peix fresc amb enciam, pastanaga i olives negres; Fruita	Sopa de mill; Bistec de vedella; Fruita
dv.19	Pasta napolitana; Assortit d'arrebossats amb tomàquets i olives; Gelat pirulo mikolàpiz	Pa amb tomàquet amb pernil i formatge; Fruita

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



laxarrancsccl

Desitgem que passeu un gran estiu!!

