



ESCOLA SOL I VENT - FEBRER 2022 - ESCOLA SOL I VENT

1

dll

dm

1

Crema de mongeta seca
(amb patata, pastanaga i ceba)
Canelons d'espinacs
(amb beixamel i formatge gratinat)
Enciam, tomata i ceba
Pa integral i fruita

dc

2

Espaguetis integrals italiana
(salsa tomata natural)
Truita de carbassó
Enciam, blat de moro i soja
Pa integral i fruita

dj

3

Patata mongeta i pèsol al vapor
Hamburguesa vedella planxa
Enciam, pebrot i pastanaga
Pa integral i iogurt natural

dv

4

Llenties bullides amb patata
Pit de pollastre arrebossat
Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
Pa integral i fruita

2

dll

7

Tallarines carbonara
(llet, bacon, ceba i formatge)
Hamburguesa vegetal
Enciam, blat de moro i soja
Pa integral i fruita

dm

8

Fesolets bullits amb patata
Filet de lluç planxa
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita

dc

9

Patata pèsol pastanaga al vapor
Cap de llom rostit
Enciam, tomata i ceba
Pa integral i fruita

dj

10

Sopa de pasta
(brou carn natural i pistons)
Cigrons guisats
Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
Pa integral i iogurt cooperativa

dv

11

Arròs blanc amb tomata
(salsa tomata natural)
Truita de formatge
Enciam, pastanaga i soja
Pa integral i fruita

3

dll

14

Patata mongeta i bròquil al vapor
Mandonguilles de porc vilanova
(guisades amb sípia)
Enciam, pastanaga i olives verdes
Pa integral i fruita

dm

15

Llenties guisades amb verdures
(patata, pastanaga i pèsol)
Pollastre planxa
Enciam, pebrot i pastanaga
Pa integral i iogurt natural

dc

16

Arròs integral amb tomata
(salsa tomata natural)
Truita de patata i ceba
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita

dj

17

Crema carbassó i porro natural
(carbassó porro i patata)
Fideus a la cassola
(sofregit a/costelló i salsitxes)
Enciam, blat de moro i soja
Pa integral i fruita

dv

18

Cigrons bullits amb patata
Bacallà amb samfaina
(ceba, pebrot, carbassó, albergínia i tomata)
Enciam, tomata i ceba
Pa integral i fruita

4

dll

21

Arròs quatre gustos.
(pastanaga, pèsol, blat moro i xampinyons)
Lluç a la romana
Enciam, cogombre i remolatxa
Pa integral i fruita

dm

22

Macarrons amb tomata natural
Truita de pernil dolç
Enciam, blat de moro i soja
Pa integral i fruita

dc

23

Patata mongeta i carbassó vapor
Botifarra de porc planxa
Enciam, tomata i cogombre
Pa integral i fruita

dj

24

Llenties bullides amb patata
Delícies de bròquil vilanova
Enciam, pebrot i pastanaga
Pa integral i iogurt cooperativa

dv

25

Sopa de pasta
(brou carn natural i pistons)
Estofat de gall dindi
Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
Pa integral i fruita

5

dll

28

Festa

dm

dc

dj

dv