

# MENÚ MARÇ 2019

Km0 = @ ; Ecologic = #

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres 1
<b>Dinar</b>					DIADA DE CARNESTOLTES. Macarrons carbonada. Nuggets d'au amb tomàquet cherry. La coca del Carnestoltes
<b>Suggeriment de sopar</b>					Crema de porro. Trita francesa amb amanida. Fruita.
	Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
<b>Dinar</b>		· Arròs blanc amb salsa de tomàquet. · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada · Fruita.	· Cigrons amb panses. · Bunyols de bacallà amb amanida d'enciam i blat dolç · Fruita.	· DIADA DEL DINAR ESCOLLIT!!!	Llenties estofades amb verdures # · Ous ferrats amb amanida d'enciam i api ratllat@# Pa integral -logurt natural
<b>Suggeriment de sopar</b>		· Sopa de brou amb pasta. · Tonyina a la planxa amb amanida. · Fruita.	· Crema de carbassó · Hamburguesa de cereals i amanida. · Fruita.		· Amanida verda. Pa amb tomàquet i formatge · Plàtan amb xocolata desfeta.
	Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
<b>Dinar</b>	· Mongetes seques bullides i patates. · Croquetes de carn d'olla amb amanida de brots. · Fruita.	· Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ratllat · Filet de lluç a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita.	· Amanida verda amb tonyina @ #. · Fideus a la Cassola amb peix. · logurt natural.	· Patata bullida amb bledes@# · Hamburguesa d'au a la planxa amb amanida d'enciam i blat dolç@# · Fruita.	Crema de carbassó amb torradetes de pa. Trita de formatge amb amanida d'escarola i pipes@#. · Fruita.
<b>Suggeriment de sopar</b>	· Sopa d'arròs i fideus. · Trita francesa amb amanida. · Fruita.	· Patata bullida amb col.liflor. · Salsitxes de porc amb amanida. · Fruita.	· Puré de llegums. · Ous al plat amb amanida · Fruita.	· Sopa de brou amb pasta. · Rogerets fregits amb amanida · Mató amb sucre integral.	· Amanida verda. Pizza de vegetals i formatge. logurt.
	Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
<b>Dinar</b>	· Sopa de brou amb pasta. · Bistec de vedella a la planxa amb patates "xip". Fruita.	· Patata bullida i mongeta tendra. · Pollastre al forn amb tomàquet i ceba. Pa integral. Fruita.	· Llenties amb pastanaga i porro# · Ous ferrats amb amanida de tomàquet i blat dolç@#- Pa integral · Fruita.	· Espaguetti amb crema de llet i formatge ratllat · Gall d'indi arrebossat amb amanida d'enciam i pastanaga.@# · Fruita.	· Crema de verdures amb torradetes de pa. · Lluç a la marinera.. Pa integral. Fruita
<b>Suggeriment de sopar</b>	· Sopa de ceba. Calamars a la planxa amb amanida. Fruita	· Amanida verda amb tonyina i formatge · Cigrons saltats amb becon i julivert. · logurt	· Espinacs amb panses i pinyons · Crespells de bacallà amb amanida. · Fruita.	· Arròs bullit amb pèsols. · Rap al forn amb tomàquet i ceba. · Fruita.	· Amanida verda amb fruita seca. · Pizza de tomàquet, ceba, tonyina i formatge. · Fruita.
	Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
<b>Dinar</b>	· Patata bullida amb pèsols. · Botifarra de porc a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga. · La coca dels aniversaris!!!!	· DIADA DEL DINAR ESCOLLIT	· Crema de verdures. · Paella d'arròs amb carn i peix. · Fruita.	· Sopa de brou amb pasta. · Pollastre a la planxa amb carbassó arrebossat. · Fruita.	· Arròs blanc amb salsa de tomàquet. · Salmó al vapor amb amanida d'escarola @ # i olives. Fruita
<b>Suggeriment de sopar</b>	· Crema de carbassa. · Ous remenats amb bastonets de pastanaga. · logurt .		· Puré de cigrons. · Tonyina a la planxa amb amanida. · Fruita.	· Patata bullida i bledes · Llom arrebossat i amanida. · Fruita.	· Crema de carbassó. Trita francesa i amanida. logurt