

ESCOLA SANT MIQUEL

JUNY

DL

DT

DC

DJ

DV

Pèsols saltejats amb ceba i bacó

Crema de verdures amb crostons de pa

Patates al forn amb all i oli

Arròs amb tomàquet sofregit

Tomàquet amanit amb formatge fresc

Truita de patates i ceba amb enciam i pastanaga ratllada

Macarrons amb bolonyesa vegetal

Cuixetes de pollastre al forn acompanyat enciam i cogombre

Filet de lluç al forn amb all i julivert acompanyat d'enciam i olives

Mandonguilles de vedella amb patata i verdures (pastanaga i mongetes) logurt i pa integral

Fruita i pa integral

03

Fruita i pa integral

04

Fruita i pa integral

05

Fruita i pa integral

06

07

Bròquil amb patata bullida

Espaguetis amb pesto d'alfàbrega

Amanida d'enciams, tomàquet, olives i pastanaga

Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, olives i maionesa opcional)

Arròs amb verdures (ceba, tomàquet, albergínia i pastanaga)

Croquetes de llegums amb salsa de ketchup cassolana i enciam

Truita de carbassó acompanyat de rodanxes de tomàquet amanit

Llenties guisades amb xoriç, arròs i hortalisses (Arròs, pebrot, tomàquet i ceba)

Daus de rosada arrebossats amb enciam, llombarda i pastanaga

Aletes de pollastre adobades amb enciam i olives

Fruita i pa integral

10

Fruita i pa integral

11

Fruita i pa integral

12

Fruita i pa integral

13

logurt i pa integral

14

Amanida d'arròs (blat de moro, pastanaga i tonyina)

Mongetes saltejades amb all i julivert

Crema de carbassó amb crostons de pa

Amanida d'enciams, tomàquet i formatge fresc

DINAR SORPRESA

Llom de porc a la planxa amb tomàquet amanit

Pinxits de gall d'indi adobats al forn amb enciam, llombarda i pastanaga

Maira de Palamós enfarinada amb enciam i olives

Fideuà amb sèpia

Fruita i pa integral

17

Fruita i pa integral

18

Fruita i pa integral

19

Fruita i pa integral

20

21