

ESCOLA Sant Miquel – Recomenacions sopars

MAIG

DL

DT

DC

DJ

DV

Pèsols saltats amb pernil i ceba
Orada al forn amb llimona i albergínia arrebossada

Fruita de temporada

5

Cuscús saltat amb verdures i fruita seca
Pollastre a l'allet
Fruita i pa integral

6

Crema de pastanaga i moniato amb rostes de pa
Filet de carn magre de porc a la planxa amb tomàquet amanit, cogombre i olivetes negres

Fruita de temporada

7

Minestra de verdures
Gall dindi arrebossat
Fruita de temporada

1

Salmó al forn amb llit de moniato, ceba i pastanaga

Fruita de temporada

2

Coliflor gratinada
Sardinetes al forn
Fruita de temporada

12

Crema de carbassó amb rostes de pa
Truita de pernil cuït amb verdures

Fruita de temporada

13

Arròs saltat amb verdures
Gall dindi amb salsa verda
Fruita de temporada

14

Purè de patates
Salsitxes amb samfaina
Fruita de temporada

15

Crema de verdures de temporada
Sípia a la planxa amb verdures al forn

Fruita i pa integral

16

Amanida de tomàquet i mozzarella
Macarrons amb bonítol i pebrots
Fruita de temporada

19

Mongeta tendra amb patata
Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn
Fruita de temporada

20

Pèsols saltats amb pernil
Hamburguesa a la planxa amb tomàquet amanit
Fruita de temporada

21

Coliflor gratinada
Pa amb tomàquet i pernil salat
Fruita de temporada

22

Vichyssoise
Pizza casolana
Fruita de temporada

23

Crema de patata i moniato
Truita de formatge amb tomàquet amanit, cogombre i olivetes negres
Fruita de temporada

26

Couscous amb cigronets i verdures
Amanida de temporada
Fruita de temporada

27

Sopa vegetal amb fideus
Sonsos arrebossats amb enciams
Fruita de temporada

28

Moniato al forn
Gall dindi amb salsa verda
Fruita de temporada

29

Bròquil amb patata
Bistec de vedella a la planxa amb tomàquet al forn
Fruita de temporada

30