

SANT MIQUEL

MAIG

DL

DT

DC

DJ

DV

Festa!

1

Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro)

Nuggets vegetals amb salsa de ketchup casolana

Fruita i pa

2

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet

Ventresca de Lluc al forn amb all i julivert, enciam i blat de moro

Fruita i pa integral

3

Crema de carbassó amb rostos de pa

Trita de patates i ceba amb enciam, llombarda i pastanaga

Fruita i pa

4

Amanida de cigrons ecològics (blat de moro, pastanaga i tonyina)

Llom de porc a la planxa amb escarola
logurt natural i pa integral

5

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

Trita de carbassó amb escarola

Fruita i pa integral

8

Bròquil amb patata bullida

Mandonguilles mixtes amb verdures (pastanaga i mongeta tendra)

Fruita i pa

9

Amanida d'enciams, tomàquet i formatge fresc

Fideuà amb sípia (brou de peix, sípia, tomàquet i ceba)

Fruita i pa integral

10

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

Daus de rosada arrebossats amb tomàquet natural

Fruita i pa

11

Pèsols saltats amb bacó

Cuixetes de pollastre al forn amb enciam i olives

logurt natural i pa integral

12

Crema de verdures (espinacs, bledes i ceba)

Macarrons amb tomàquet i bolonyesa vegetal

Fruita i pa integral

15

Empedrat de mongetes blanques (enciam, tomàquet, pastanaga i olives)

Pollastre arrebossat amb carbassó al forn
Fruita i pa

16

Patates gratinades al forn

Filet de lluc al forn amb tomàquet natural

Fruita i pa integral

17

Arròs amb sofregit de tomàquet

Trita francesa amb enciam i olives

Fruita i pa

18

Amanida d'enciams, tomàquet, olives i pastanaga

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

logurt natural i pa integral

19

Amanida de pasta (pasta, tomàquet, blat de moro i olives)

Trita de carbassó amb tomàquet natural

Fruita i pa integral

22

Dia temàtic de la comarca de la Garrotxa

Fesols de Santa Pau saltejats

Salsitxes de porc amb remenat de bolets

Fruita i pa

23

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

Maira de Palamós enfarinada amb enciam i olives

Fruita i pa integral

24

Amanida verda (enciam, tomàquet, pastanaga i blat de moro)

Cigrons guisats amb hortalisses (pebrot, tomàquet i ceba)

Fruita i pa

25

Patates estofades (tomàquet, pebrot i ceba)

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

Gelats i pa integral

26

Macarrons a la carbonara

Tires de calamar arrebossades amb tomàquet amanit

Fruita i pa integral

29

Bledes amb patata bullida

Hamburguesa de vedella al forn amb enciam i pastanaga

Fruita i pa

30

Amanida de patata (Patata, tomàquet, enciam i ceba tendre)

Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i enciam i olives

Fruita i pa integral

31

Aquest mes de Maig visitarem la comarca dels volcans, la Garrotxa!!
A la Garrotxa podeu gaudir d'un munt d'activitats: anar en bici, visitar volcans, descobrir els pobles de la vall d'en Bas, visitar pobles medievals com Besalú i assaborir la gastronomia volcànica.

