

ESCOLA SANT MIQUEL -Recomanacions pels sopars

MARÇ

DL

DT

DC

DJ

DV

Salmó al forn amb llit de patates, ceba i pastanaga
Fruita de temporada

Amanida variada de colors
Gall dindi al forn amb moniatos i ceba
Fruita de temporada

Crema de pastanaga
Truita de formatge i amanida
Fruita de temporada

Bròquil amb patates
Gall dindi a la planxa amb amanida
Fruita de temporada

Quinoa amb verdures, cigrons i fruits secs
Fruita de temporada

Salmó al forn amb llit de patates, ceba i pastanaga
Fruita de temporada

Amanida variada de colors
Gall dindi al forn amb moniatos i ceba
Fruita de temporada

Coliflor gratinada
Truita de patata i ceba
Fruita de temporada

Sopa casolana amb pistons
Sípia a la planxa amb amanida
Fruita de temporada

Crema de pastanaga
Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn
Fruita de temporada

Couscous amb verdures i daus de truita francesa
Amanida variada
Fruita de temporada

Amanida tèbia de lleties amb bolets i hortalisses
Fruita de temporada

Sopa minestrone
Rap arrebossat amb enciam i olives
Fruita de temporada

Minestra de verdures
Truita de formatge
Fruita de temporada

Crema d'espínacs
Magra de porc amb salsa de formatges
Fruita de temporada

Pèsols saltats amb ceba i daus de pernil salat
Amanida de Couscous i hortalisses
Fruita de temporada

Sopa vegetal amb meravella
Cuixa de pollastre a la planxa amb amanida
Fruita de temporada

Crema de pastanaga
Salmó al forn amb patates panadera
Fruita de temporada

Salat de patata, pastanaga i mongeta tendra
Anelles de calamar a la planxa amb enciam
Fruita de temporada

Crema de carbassó
Pa integral amb tomàquet, pernil salat i formatges variats
Fruita de temporada

Quinoa amb verdures, cigrons i fruits secs esmicolats
Fruita de temporada

Bledes amb patates
Pit de pollastre a la planxa amb samfaina
Fruita de temporada

Sopa vegetal amb fideus
Salmó amb xampinyons saltats
Fruita de temporada

Crema d'espàrrecs
Ous durs gratinats
Fruita de temporada

Lleties saltades amb verdures i gambes
Amanida verda
Fruita de temporada