

SANT MIQUEL

SETEMBRE 22

DL

DT

DC

DJ

DV

Arròs amb sofregit de tomàquet

Croquetes casolanes de rostit
amb enciam

Fruita i pa integral

Amanida de pasta (espirals, blat
de moro, olives i pastanaga)

Truita de carbassó amb escarola

Fruita i pa

Pèsols amb patata bullida

Cuixetes de pollastre al forn amb
enciam, llombarda i pastanaga

Fruita i pa integral

Amanida russa (maionesa,
pastanaga, mongeta, patata i ou dur)Filet de Lluç al forn amb all julivert
i tomàquet amanit

Fruita i pa

Amanida d'enciams, tomàquet,
olives i pastanagaLlenties guisades amb hortalisses
(patata, pebrot, tomàquet i ceba)

Gelats i pa integral

ArròsEco amb verdures (ceba,
tomàquet, albergínia, pastanaga i
mongetes verdes)
Mandonguilles de vedella amb
verdures

Fruita i pa integral

Espirals integrals a la carbonara
(llet, ceba i bacó)
Tires de calamar arrebosades
amb enciam i pastanaga

Fruita i pa

Espinacs amb patata bullida
Truita de patates i ceba amb
enciam, llombarda i pastanaga

Fruita i pa integral

Mongetes seques saltejades amb
all i julivertDaus de gall d'indi adobats al
forn amb enciam i olives

Fruita i pa

Amanida d'enciams, tomàquet i
formatge frescFideuà amb gambetes i sípia
logurt natural i pa integral

Espaguetis amb salsa pesto

Seitons arrebosats amb enciam i
pastanaga

Fruita i pa integral

Patates i cebes al forn amb
amanit suau d'all i oli
Ous durs al forn amb salsa de
tomàquet amb enciam i olives

Fruita i pa

Arròs a la milanesa (pebrot,
tomàquet, ceba, all i formatge)
Estofat de pollastre al forn amb
enciam, pastanaga i llombarda

Fruita i pa integral

Amanida d'enciams, tomàquet,
olives i cogombre
LlègumsEco Caldereta de cigrons ecològics de
l'horta (col, pastanaga, ceba i porro)

Fruita i pa

Crema de carbassó amb rostos
de pa
Macarrons amb tomàquet,
bolonyesa vegetal de soja i
enciam

logurt natural i pa integral

Bledes amb patata bullida

Pernilets de pollastre al forn amb
enciam i pastanaga

Fruita i pa integral

Arròs tres delícies (pastanaga,
pèsols i blat de moro)Truita de patates i ceba amb
enciam i tomàquet

Fruita i pa

Amanida d'enciams, tomàquet,
olives i pastanaga
Llenties guisades amb hortalisses
(patata, pebrot, tomàquet i ceba)

Fruita i pa integral

Sopa de brou amb fideus (Brou
de pollastre, porro, pastanaga,
ceba, xirivia i api)
Nuggets vegetals amb salsa de
ketchup i enciam
Fruita i paPatates estofades (pebrot,
pastanaga, tomàquet, ceba i
porro)
Ventresca de Lluç al forn amb all
julivert i tomàquet amanit
logurt natural i pa integral