





Menú mes de febrer

ESCOLA COOP
PETIT MÓN
FELISA
BASTIDA



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1-5 FEB	<p>Verdures tricolor amb bròquil, pastanaga, pèsols i patata</p> <p>Magra de porc rostida amb prunes</p> <p>Fruita</p>	<p>Cigrons amb all i julivert</p> <p>Truita de verdura de temporada amb grapatet d'arròs</p> <p>Fruita àcida</p>	<p>Arròs amb salsa de verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciam i soja</p> <p>Fruita</p>	<p>Macarrons amb salsa de tomàquet</p> <p>Lluç al forn amb suquet i amb llit de patata i ceba</p> <p>Fruita</p>	<p>Brou de verdures i pasta</p> <p>Pollastre rostit a l'allet</p> <p>logurt natural</p>
8-12 FEB	<p>Mongeta tendra i patates</p> <p>Botifarra al forn amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p>	<p>Llenties a la Riojana</p> <p>Truita a la francesa amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita àcida</p>	<p>Espaguetis amb salsa carbonara</p> <p>Gall dindi arrebossat amb varietats d'enciams</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Salmó al forn amb ceba i tomàquet</p> <p>Fruita</p>	 <p>MENÚ ESPECIAL</p>
16-19 FEB		<p>Arròs al forn</p> <p>Bastonets de lluç amb amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p>	<p>Mongetes estofades</p> <p>Truita de patata amb enciam i olives negres</p> <p>Fruita àcida</p>	<p>Espirals amb salsa napolitana amb formatge</p> <p>Fricandó de vedella</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pizza casolana quatre estacions</p> <p>logurt amb sabors</p>
22-26 FEB	<p>Verdures al vapor (bròquil, coliflor, patata...)</p> <p>Pasta amb bolonyesa vegetal</p> <p> Fruita MEATLESSDAY</p>	<p>Fideuada amb allioli</p> <p>Truita de pernil dolç i formatge i amb amanida d'enciam i soja</p> <p>Fruita àcida</p>	<p>Crema de pastanaga i crostons de pa</p> <p>Aletes de pollastre rostides amb variats d'enciams i xerris</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs caldós</p> <p>Bacallà a la marinera (gambes i musclos)</p> <p>Fruita</p>	<p>Escudella (galets, cigrons, col...)</p> <p>Mandonguilles jardineria</p> <p>logurt natural</p>

ESMORZARS: Dilluns: gall dindi / Dimarts: llonganissa / Dimecres: pernil salat / fruita / Dijous: formatge / Divendres: botifarra catalana

Els productes ecològics els trobareu en **negreta**.

Tots els àpats s'acompanyen amb pa (tres dies hi haurà pa blanc i dos dies, o pa integral o pa de cereals)

Menú de dieta:

arròs bullit/verdura
pollastre/lluç
iogurt/poma