

PROPOSTA DE SOPARS

OCTUBRE

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
Crema de carbassa Pollastre arrebossat amb patata al forn Fruita natural	Amanida de pasta de colors Salmó a la planxa amb fesols saltejats Fruita natural	Truita d'espinaacs i pinyons Pa amb tomàquet i amanida verda Fruita natural	Patata i bajoca al vapor Hamburguesa de conill amb arròs Iogurt	Espaguetis saltejats Pollastre forn amb ceba i xampinyons Fruita natural
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Amanida amb formatge i fruits secs Bacallà amb patates Iogurt	Crema de carbassó i porro Tonyina a la planxa amb arròs Fruita natural	Estofat de fesols amb espinaacs Filet de gall dindi arrebossat Fruita natural	Pizza amb mozzarella i pernil dolç Amanida verda Fruita natural	FESTIU
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Hamburguesa de lluç Pa amb tomàquet i amanida verda Fruita natural	Macarrons amb verdures Rap al forn amb patata i ceba Iogurt	Amanida de lleties i fruits secs Truita a la francesa Fruita natural	Brou de verdures amb fideus Pollastre a la planxa amb escalivada Fruita natural	Patata i pèsols bullits Llucet fregit amb tomàquet natural Fruita natural
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Patata i pastanaga bullida Conill amb patata al forn Fruita natural	Pèsols saltejats amb pernil Llom porc planxa amb tomàquet natural Fruita natural	Crema de carbassa i ceba Salmó planxa, arròs saltejat i gambes Iogurt	Truita de patata amb amanida verda Pa amb tomàquet Fruita natural	Amanida de formatge i fruits secs Pollastre planxa amb espirals saltejats Fruita natural
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31		
Truita d'espinaacs i pinyons Pa amb tomàquet i amanida verda Fruita natural	Amanida de cigrons Bunyols bacallà amb pastanaga ratllada Iogurt	Pizza vegetal amb mozzarella i tonyina Amanida verda Fruita natural		

PROPUESTA DE CENAS

curso 2018-2019

OCTUBRE

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabaza Pollo rebozado con patata al horno Fruta natural	Ensalada de pasta de colores Salmón plancha con judías salteadas Fruta natural	Tortilla de espinacas y piñones Pan con tomate y ensalada verde Fruta natural	Patata y judías verdes al vapor Hamburguesa de conejo con arroz Yogur	Espaguetis salteados Pollo horno, cebolla y champiñones Fruta natural
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Ensalada con queso y frutos secos Bacalao con patatas Yogur	Crema de calabacín y puerro Atún a la plancha con arroz Fruta natural	Estofado de judías con espinacas Filete de pavo rebozado Fruta natural	Pizza con mozzarella y jamón york Ensalada verde Fruta natural	FESTIVO
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Hamburguesa de merluza Pan con tomate y ensalada verde Fruta natural	Macarrones con verduras Rape al horno con patata y cebolla Yogur	Ensalada de lentejas y frutos secos Tortilla a la francesa Fruta natural	Caldo de verduras con fideos Pollo a la plancha con escalivada Fruta natural	Patata y guisantes hervidos Merluza frita con tomate natural Fruta natural
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Patata y zanahoria hervida Conejo con patata al horno Fruta natural	Guisantes salteados con jamón Lomo cerdo plancha con tomate natural Fruta natural	Crema de calabaza y cebolla Salmón plancha, arroz salteado y gambas Yogur	Tortilla de patata con ensalada verde Pan con tomate Fruta natural	Ensalada de queso y frutos secos Pollo plancha con espirales salteados Fruta natural
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
Tortilla de espinacas y piñones Pan con tomate y ensalada verde Fruta natural	Ensalada de garbanzos Buñuelos bacalao con zanahoria rallada Yogur	Pizza vegetal con mozzarella y atún Ensalada verde Fruta natural		