

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE

MES: Març 2020

COL·LEGI: SAGRADA FAMILIA AVINYÓ

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

<p>2</p> <p>Espaguetis amb pesto de tomàquet</p> <p>Truita de formatge amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro)</p> <p>logurt i pa</p>	<p>3</p> <p>Pèsols saltats amb patates i ceba</p> <p>Canelons de tonyina amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes)</p> <p>Fruita i pa</p>	<p>4</p> <p>(H:Lassanya de verdres)</p> <p>Paella mixta</p> <p>Salsitxes al forn amb verdres saltades</p> <p>Fruita i pa</p>	<p>5</p> <p>(H:Mandonguilles tonyina)</p> <p>Sopa a la marinera amb peix i quinoa</p> <p>Pollastre a la poma</p> <p>logurt i pa</p>	<p>6</p> <p>Cigrons a la catalana amb espinacs i ou dur</p> <p>Lluç a la romana amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga)</p> <p>Fruita i pa</p>
<p>9</p> <p>(H:Hamburguesa vegetal)</p> <p>Arròs napolitana</p> <p>Hamburguesa de vedella amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes)</p> <p>logurt i pa</p>	<p>10</p> <p>(Halal: Varetes de lluç)</p> <p>Mongeta verda amb patates</p> <p>San Marino (lluç, pernil dolç i formatge) amb parmentier de pastanaga amb soja</p> <p>Fruita i pa</p>	<p>11</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdres</p> <p>Truita francesa amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga)</p> <p>Fruita i pa</p>	<p>12</p> <p>(H:Lassanya de verdres)</p> <p>Espaguetis bolonyesa</p> <p>Pollastre rostit al romaní amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro)</p> <p>logurt i pa</p>	<p>13</p> <p>Crema de verdres (patata, carbassó, pastanaga, ceba, porro)</p> <p>Abadejo amb samfaina</p> <p>Fruita i pa</p>
<p>16</p> <p>Llenties amb arròs</p> <p>Truita de patates amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro)</p> <p>logurt i pa</p>	<p>17</p> <p>(Halal:Croquetes bacallà)</p> <p>Cigrons amb verdres</p> <p>Croquetes de pollastre amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes)</p> <p>Fruita i pa</p>	<p>18</p> <p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Llom de perca amb vinagreta de cítrics amb patates panadera</p> <p>Fruita i pa</p>	<p>19</p> <p>(H:Hamburguesa vegetal)</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Llom amb allada amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>logurt i pa</p>	<p>20</p> <p>Pasta saltada amb verduretes</p> <p>Rap amb salsa verda amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga)</p> <p>Fruita i pa</p>
<p>23</p> <p>(H:Mandonguilles tonyina)</p> <p>Minestra de verduras saltadas</p> <p>Mandonguilles amb salsa de xampinyons</p> <p>logurt i pa</p>	<p>24</p> <p>Patates estofades amb verdres</p> <p>Fillet de lluç a la planxa amb all i julivert amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga)</p> <p>Fruita i pa</p>	<p>25</p> <p>Crema de mongetes</p> <p>Truita de formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes)</p> <p>Fruita i pa</p>	<p>26</p> <p>(Halal:Canelons tonyina)</p> <p>Paella d'arròs integral amb verdres</p> <p>Wok de gall dindi amb verduretes amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro)</p> <p>logurt i pa</p>	<p>27</p> <p>Sopa de pasta</p> <p>Caella empanada amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga)</p> <p>Fruita i pa</p>
<p>30</p> <p>Pèsols saltats amb patates i ceba</p> <p>Ous gratinats amb tomàquet amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga)</p> <p>logurt i pa</p>	<p>31</p> <p>(Halal: Lluç romana)</p> <p>Tricolor de verdura ofegada</p> <p>Pollastre rostit a la llimona amb amanida de tomàquet</p> <p>Fruita i pa</p>			