



Menú general mes de gener de 2017
CEIP GASPÀR SABATER

(amb suggeriments de sopars per completar el menú en casa)

DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
SOPA DE BROU DE VERDURES LLOM DE PORC AL FORN VERDURES I PATATA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Arròs saltejat amb ceba, porros, pebres i formatge Fruita de temporada	ESPAGUETIS AMB TONYINA I TOMÀTIGA TRUITA DE CARABASSÍ LLETUGA, PASTANAGA, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pitrera de pollastre amb pèsols i ceba Fruita de temporada	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES LLUÇ AL FORN AMB SALSA VERDA PATATA AL VAPOR IOGURT Suggeriment de sopar: Truita de patates i ceba amb ensalada amb advocat i nous Fruita de temporada	SOPA DE PEIX PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA VERDURES SALTEJADES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Crema de verdures i salmó al vapor amb ensalada Fruita de temporada	PURÉ DE CARABASSA, PORROS I PASTANAGA LLENGUADO ADOBAT LLETUGA, BLAT I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Puré de verdures i pizza variada Fruita de temporada
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
ARRÓS A LA CUBANA AMB OU CROQUETES DE POLLASTRE ENSALADA DE TOMÀTIGA I BLAT FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, mongetes verdes i pastanaga Fruita de temporada	PURÉ DE MONGETES SALMÓ A LA PLANXA PATATA AL VAPOR FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Arròs saltejat amb verdures i filet d'indiot amb romaní Fruita de temporada	SOPA MARAVELLA PILOTES CASOLANES DE CARN (magre i morcillo) VERDURES IOGURT Suggeriment de sopar: Puré de carabassa i lluç arrebossat amb ensalada Fruita de temporada	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA DE CARABASSÍ LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Rap al vapor amb arròs amb salsa d'espínacs al curry Fruita de temporada	SOPA DE BULLIT BULLIT CIGRONS, PATATA I VERDURA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i pastís de verdures amb salsa de tomàtiga Fruita de temporada
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
CANELONS ROSSINI TRUITA FRANCESA TOMÀTIGA TREMPADA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Pa torrat amb paté de cigrons i pisto de verdures Fruita de temporada	SOPA DE PEIX LLENGUADO EMPANAT CARABASSÍ SALTEJAT FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Cuixetes de pollastre amb ceba, tomàtiga i puré de patata Fruita de temporada	PURÉ DE VERDURES LLOM AL FORN PATATA I VERDURES IOGURT Suggeriment de sopar: Ous romputs amb patata i ensalada amb advocat Fruita de temporada	CIGRONS ESTOFATS AMB PASTANAGA I PATATA LLUÇ AL FORN AMB TOMÀTIGA PATATA FORNERA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Filet d'indiot a la planxa amb arròs i ensalada Fruita de temporada	SOPA DE BROU DE VERDURES AGUIAT DE POLLASTRE VERDURES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Fajita de ceba, pastanaga, porros, salmó i formatge Fruita de temporada
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
MACARRONS NAPOLITANA SALSITXES FRESQUES AL FORN ENSALADA AMB OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata i verdures Fruita de temporada	SOPA DE PICADILLO LLUÇ EN SALSA VERDA PATATA AL VAPOR I MONGETES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Crema de verdures i indiot a la planxa amb ensalada Fruita de temporada			

Els menús van acompanyats de pa i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i trempar els plats.
Cada mes incorporam, en la mesura de les possibilitats, productes locals de temporada. Aquest mes seran:



Patata, ceba, carabassí i tomàtiga

IMPORTE MENSUAL DEL COMEDOR: 107,61 €

VALES DIARIOS: 6,80 €

Si necesita información sobre los alérgenos contenidos en el menú, contacte en el 971 68 24 15

