

Dilluns

3

Sopa amb arròs integral
Trita de verdures
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de patates gratinat
Sipia a la planxa i patata al caliu
Amanida variada d'hortalisses
Fruita de temporada

Dimarts

4

Mongetes seques estofades amb pastanagues
Calamars a la romana
Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa i moniato
Tall de formatge fresc
Llesqueta de pa amb tomàquet i oli d'oliva
Fruita de temporada

Dimecres

5

Tallarines camperes amb formatge ratllat
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
logurt natural

i per sopar...
Patates al forn amb ceba
Filet de gall dindi a la planxa
Fruita de temporada

Dijous

6

Cigrons bullits amb oli d'oliva
Pollastre al forn amb ceba
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa d'au amb meravella
Trita de patata i fonoll
Pebrot verd al forn
Postres Llarders

Divendres

7

Mongeta tendra amb pastanaga i patates
Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida al gust
Mini pizzas d'albergínia i mozzarella
Fruita de temporada

10

11

Bròquil amb patata
Gall dindi guisat a la jardinera
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de meravella
Trita de patata i ceba
Fruita de temporada

12

Arròs amb verdures
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
logurt natural

i per sopar...
Patates gratinades al forn
Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa
Carxofa saltada
Fruita de temporada

13

Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn
Cruixents de pollastre arrebossat casolans
Patates a grills al forn amb espècies
Fruita de temporada

i per sopar...
Arròs amb verdures i mongeta blanca
Tomàquets xerri amanits amb ruca
Postres Llarders

14

Llenties estofades
Trita de patata i ceba
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa minestrone
Cuixetes de pollastre a la cassola amb ceba i pastanaga
Fruita de temporada

17

18

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Trita de formatge
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
logurt natural

i per sopar...
Sopa de lletres
Seitons arrebossats
Verdures saltades
Fruita de temporada

Sopa de fideus
Fricandó de vedella amb xampinyons
Fruita de temporada

i per sopar...
Patata gratinada al forn
Bacallà a la manresana
Fruita de temporada

19

Llacets amb beixamel i formatge
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
logurt natural

i per sopar...
Amanida amb fruits secs
Llom de porc arrebossat amb panet
Fruita de temporada

20

Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn
Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja
Fruita de temporada

i per sopar...
Coliflor gratinada
Orada al forn amb carbassó i patata al caliu
Fruita de temporada

21

Fesolets amb verdures
Filet de gall dindi arrebossat
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de logurt grec, oli, menta i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Arròs amb verdures
Trita de formatge
Fruita de temporada

24

25

Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn
Gall dindi guisat a la jardinera
Fruita de temporada

i per sopar...
Moniato saltat
Broquetes de verdures, gambes i pinya
Fruita de temporada

Llenties estofades
Trita a la francesa
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Bròquil i pastanaga al vapor
Pa amb tomàquet i formatges variats
Fruita de temporada

26

Mongeta tendra amb patata
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa i poma
Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita de temporada

27

Arròs amb salsa de tomàquet
Botifarra de porc al forn
Xips de moniato
Fruita de temporada

i per sopar...
Trita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro
Pa amb tomàquet
Panellets

28

Macarrons amb salsa bolonyesa (50% porc i 50% vedella) amb formatge ratllat
Cruixents de pollastre arrebossat casolans
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua ratllada i blat de moro

Fruita variada
i per sopar...
Purè de patata
Llom de salmó amb compota de poma
Fruita de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sored, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.