



<i>¿Qué comemos hoy?</i>	<i>Què mengem hui?</i>	<i>What are we eating today?</i>	<i>Qu'est-ce qu'on mange aujourd'hui?</i>	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Dia 7 Macarrons a la bolonyesa. Supremes de Lluç. Ensalada. Poma.	Dia 8 Paella de pollastre i conill. Pernil serrà i formatge. Ensalada. Pera.	Día 9 Lentilles amb arròs. Nero a la planxa. Ensalada. Plàtan.	Día 10 Sopa coberta. Llom de porc a la planxa. Ensalada. Natilles.	Día 11 Potatge de cigrons. Nuggets de pollastre. Ensalada. Taronja.
Dia 14 Canelons de carn. Titot i formatge. Ensalada. Poma.	Dia 15 Crema de carabasseta. Llonganisses rostides amb titaina de verdures. Ensalada. Pera.	Dia 16 Sopa de fideus amb cigrons. Calamars i crestes. Ensalada. Plàtan.	Dia 17 Lentilles amb verdures. Pit rostida. Ensalada. Poma.	Dia 18 Arròs amb sèpia, gambes i clòtxines. Halibut en salsa verd. Ensalada. Taronja.
Dia 21 Mandonguilles amb verdures. Trita de creïlles. Ensalada. Pera.	Dia 22 SAN VICENTE MÁRTIR 	Dia 23 Arròs a la cubana. Ou fregit i titot. Ensalada. Plàtan.	Dia 24 Potatge de cigrons. Nero a la planxa. Ensalada. logur.	Dia 25 Sopa d'olla. Pollastre al forn amb creïlles. Ensalada. Taronja.
Dia 28 Lentilles a la riojana. Lluç en salsa amb pèsols i carlota. Ensalada. Poma.	Dia 29 Arròs al forn. Pernil salat i formatge. Ensalada. Plàtan.	Dia 30 Crema de verdures. Hamburgueses amb creïlles al forn. Ensalada. Pera.	Dia 31 Cigrons amb verdures. Croquetes de pollastre. Ensalada. Poma.	

ORIENTACIONS PER ALS SOPARS



<i>¿Qué comemos hoy?</i>	<i>Què mengem hui?</i>	<i>What are we eating today?</i>	<i>Qu'est-ce qu'on mange aujourd'hui?</i>	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Día 7	Día 8	Día 9	Día 10	Día 11
Crema de coliflor i porros. Llibret de llom casolà amb formatge. Fruita de temporada.	Trita de carabasseta. Turbot al forn amb base de verdures. Fruita de temporada.	Titaina de verdures. Llenguado a la planxa. Fruita de temporada.	Tallarines de carabasseta amb verdures i salsa de tomaca. Trita francesa amb formatge. Fruita de temporada.	Consomé de verdures i pollastre. Faixetes de vedella i verdures. Fruita de temporada.
Día 14	Día 15	Día 16	Día 17	Día 18
Bullit (Creïlla, fesols verds, carlota i ceba). Trita francesa. Fruita temporada.	Creïlles al forn. Hamburguesa. Fruita temporada	Bròcoli al vapor. Salmó a la planxa. Fruita temporada.	Regirat de xampinyons. Llobarro a la planxa. logurt.	Crema de carabassa. Llibret de llom casolà amb formatge. Fruita de temporada
Día 21	Día 22	Día 23	Día 24	Día 25
Crema de verdures. Lluç arrebossat. Fruita de temporada.	SAN VICENTE MÁRTIR 	Espinacs saltejats amb gambes. Rap en salsa amb creïlles. Fruita de temporada.	Verdures al forn (Creïlla, ceba, carabasseta, tomaca). Broquetes de vedella. Fruita de temporada.	Albergínia farcida de carn picada, verdures i salsa de tomaca. Fruita de temporada.
Día 28	Día 29	Día 30	Día 31	
Fesols verds ofegats amb pernil i tomaca. Rellom de gall dindi a la planxa. Fruita de temporada.	Regirat d'espàrrecs verds, gambes i un ou. Daurada a la planxa. Fruita de temporada.	Sopa de verdures amb cigrons. Trita de creïlles. Fruita de temporada.	Ensalada de pasta amb tomaca, enciam, carlota, ou dur i tonyina. Llucet amb tomaca. logurt.	