

<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 1
				Fideuà Halibut en salsa verd. Ensalada. Mandarina.
Día 4	Día 5	Día 6	Día 7	Día 8
Macarrons a la bolonyesa. Supremes de Lluç. Ensalada. Poma.	Paella de pollastre i conill. Pernil serrà i formatge. Ensalada. Pera.	Llentilles amb arròs. Nero a la planxa. Ensalada. Plàtan.	Sopa coberta. Llom de porc a la planxa. Ensalada. Natilles.	Potatge de cigrons. Nuggets de pollastre. Ensalada. Taronja.
Día 11	Día 12	Día 13	Día 14	Día 15
Canelons de carn. Titot i formatge. Ensalada. Poma.	Crema de carabasseta. Llonganisses rostides amb fitaina de verdures. Ensalada. Pera.	Sopa de fideus amb cigrons. Calamars i crestes. Ensalada. Plàtan.	Llentilles amb verdures. Pit rostida. Ensalada. Poma.	Arròs amb sèpia, gambes i clòtxines. Halibut en salsa verd. Ensalada. Taronja.
Día 18	Día 19	Día 20	Día 21	Día 22
Espaguetis amb tomaca i tonyina. Croquetes de peix. Ensalada. Poma.	Mandonguilles amb verdures. Trita de creïlles. Ensalada. Pera.	Arròs al forn. Pernil salat i formatge. Ensalada. Plàtan.	Potatge de cigrons. Nero a la planxa. Ensalada. logur.	Sopa d'olla. Pollastre al forn amb creïlles. Ensalada. Mandarina.
Día 25	Día 26	Día 27	Día 28	
Llentilles a la riojana. Lluç en salsa amb pèsols i carlota. Ensalada. Poma.	Arròs a la cubana. Ou fregit i titot. Ensalada. Plàtan.	Crema de verdures. Hamburgueses amb creïlles al forn. Ensalada. Pera.	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
				Dia 1 Crema de carabasseta. Pizza casolana amb base de tomaca, xampinyons, pernil dolç i formatge. Fruita de temporada.
Dia 4	Dia 5	Dia 6	Dia 7	Dia 8
Crema de coliflor i porros. Llibret de llom casolà amb formatge. Fruita de temporada.	Truita 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. Truita francesa amb formatge. Fruita de temporada.	Consomé de verdures i pollastre. Faixetes de vedella i verdures. Fruita de temporada.
Dia 11	Dia 12	Dia 13	Dia 14	Dia 15
Bullit (Creïlla, fesols verds, carlota i ceba). Truita 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
Dia 18	Dia 19	Dia 20	Dia 21	Dia 22
Sopa de verdures amb fideus. Pit de pollastre a la planxa. Fruita de temporada	Crema de verdures. Lluç arrebossat. Fruita de temporada.	Regirat d'espàrrecs verds, gambes i un ou. Daurada a la planxa. 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.
Dia 25	Dia 26	Dia 27	Dia 27	
Fesols verds ofegats amb pernil i tomaca. Rellom de gall dindi a la planxa. Fruita de temporada.	Espinacs saltejats amb gambes. Rap en salsa amb creïlles. Fruita de temporada.	Sopa de verdures amb cigrons. Truita de creïlles. Fruita de temporada.	Ensalada de pasta amb tomaca, enciam, carlota, ou dur i tonyina. Llucet amb tomaca. logurt.	