

# INSTITUT ESCOLA LA TORDERA

## MENÚ A

### GENER, FEBRER I MARÇ

<b>DILLUNS</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>DIVENDRES</b>
Llenties guisades amb verdures i arròs = Remenat d'ou amb xampinyons, enciam, tomàquet i blat de moro = logurt	Bròquil amb patata = Pit de pollastre a l'allet amb enciam, blat de moro, tomàquet = Fruita de temporada	Tabulé de verdures(cous- cous, pebrot, pastanaga) = Llom de bacallà al forn = Fruita de temporada	Amanida de fruits secs i taronja = Arròs de verdures i costella de porc = Fruita de temporada	Escudella de galets = Pilota, cigrons, pastanaga I patata = Mandarina
Sopa de peix ( calamars, musclos, petxines i morralla) amb arròs = Croquetes casolanes de carn amb enciam, tomàquet i olives = Fruita de temporada	Macarrons napolitana I formatge ratllat = Truita de pernil dolç amb enciam tomàquet i olives = Fruita de temporada	Coliflor amb patates = Rostit de llom amb salsa de verdures ( tomàquet, ceba i all) = Fruita de temporada	Mongetes estofades = Llom de lluç al forn amb llit de patates i verdures = logurt	Crema de carbassó, pastanaga, ceba i porro amb daus de pa torrat = Escalopin de pollastre a l'ast enciam, tomàquet i olives = Fruita de temporada
Arròs amb salsa de tomàquet I formatge ratllat = Truita de patata i ceba amb enciam , tomàquet i olives = logurt	Crema de carbassó, porro, ceba i pastanaga. = Filet de tonyina amb salsa de tomàquet i picada de julivert = Fruita de temporada	Sopa vegetal = Hamburguesa de gall d'indi amb patates xips = logurt	Fideus a la cassola amb verdures i salsitxes = Bunyols de bacallà amb enciam, tomàquet i olives = Fruita de temporada	Pèsols saltejats = Vedella guisada amb bolets = Fruita de temporada
Brou de pollastre = Hamburguesa de cavall amb enciam, tomàquet i olives = Fruita de temporada	Mongeta verda amb patates i ceba = Llonzes de porc amb salsa de verdures = Fruita de temporada	Cigrons estofats = Llom de salmó amb patates al forn = logurt	Amanida catalana ( gall d'indi i llonganissa) = Espaguetis bolonyesa = Fruita de temporada	Arròs a banda = Truita de carbassó amb Enciam, tomàquet i olives = Fruita de temporada

**FRUITA DE TEMPORADA:** plàtan, pinya, taronja, mandarina, poma, alvocat, kiwi.