

MENÚ MAIG 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/000651

ESCOLA SEAT

	Del 1 al 4 de maig	Del 7 al 11 de maig	Del 14 al 18 de maig	Del 21 al 25 de maig	Del 28 al 31 de maig
DILLUNS		ESPAGUETIS A LA CARBONARA CROQUETES VEGETALS amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	ARRÒS AMB VERDURES CRESTES DE TONYINA amb tomàquet i olives Pa i fruita del temps Sopar: verdura i llegum	AMANIDA DE PASTA CALAMARS A L'ANDALUSA amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	ARRÒS MILANESA TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc
DIMARTS	FESTIU	AMANIDA D'ARRÒS MANDONGUILLES MIXTES a la jardineria Pa i fruita del temps Sopar: verdura i llegum	ENSALADILLA RUSSA POLLASTRE AL FORN amb ceba i xampinyons Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	MONGETA TENDRA AMB PATATA HAMBURGUESA MIXTA amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps Sopar: arròs i llegum	SOPA DE BROU D'AU AMB FIDEUS POLLASTRE GUISAT amb ceba, tomàquet i all Pa i fruita del temps Sopar: verdura i llegum
DIMECRES	ESPIRALS AMB SALS DE TOMÀQUET I TONYINA TRUITA A LA FRANCESA amb daus de carbassó Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	MONGETA VERDA AMB PATATA LLUÇ AL FORN amb ceba i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: arròs i carn blanca	FIDEUS A LA CASSOLA LLENGUADINA AL FORN amb mèscum d'enciams Pa i fruita del temps Sopar: verdura i ou	PAELLA MIXTA TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i olives Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS BACALLÀ AMB SALS VERDA Pa i fruita del temps Sopar: pasta i ou
DIJOUS	ESPINACS A LA CATALANA ESTOFAT DE VEDELLA amb patata i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	PÈSOLS SALTATS AMB CEBA I XAMPINYONS TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i olives Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	LLENTIES ESTOFADES AMB MILL SALSITXES D'AU amb cogombre i blat de moro Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA LLUÇ ARREBOSSAT amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i ou	BRÒQUIL AMB PATATA LLOM ARREBOSSAT amb tomàquet i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc
DIVENDRES	CIGRONS SALTEJATS AMB PERNIL HAMBURGUESA D'AU amb enciam i pastanaga Pa i iogurt Sopar: verdura i peix blau	SOPA DE PISTONS PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN amb enciam i tomàquet Pa i iogurt Sopar: verdura i ou	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS TRUITA DE PATATES amb enciam i pastanaga Pa i iogurt Sopar: pasta i carn blanca	EMPEDRAT DE CIGRONS GALL D'INDI AMB SALS DE VERDURES Pa i iogurt Sopar: verdura i peix blanc	

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat.
Les carns que oferim són de granges de proximitat.

Segueix-nos a les xarxes socials
Descobreix cada mes el consell nutricional a blog.teno.cat

