

MENÚ DESEMBRE 2017

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

ESCOLA SEAT

	1 de desembre	Del 4 al 8 de desembre	Del 11 al 15 de desembre	Del 18 al 22 de desembre	Del 25 al 29 de desembre
DILLUNS		MACARRONS A LA NAPOLITANA CRESTES DE TONYINA amb enciam i pastanaga Pa i iogurt	FIDEUS A LA CASSOLA TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i olives Pa i fruita del temps	ESPAGUETIS BOLONYESA HAMBURGUESA VEGETAL amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	NADAL
DIMARTS		Sopar: : verdura i peix blanc MONGETA VERDA AMB PATATES POLLASTRE AL FORN Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	Sopar: verdura i carn blanca LLENTIES A LA RIOJANA BUNYOLS DE BACALLÀ amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps	Sopar: verdura i carn blanca CIGRONS ESTOFATS TRUITA DE PERNIL amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	NADAL
DIMECRES		Sopar: pasta i ou	Sopar: verdura i peix blau CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb patates xips Pa i fruita del temps	Sopar: verdura i peix blanc TRINXAT DE COL I PATATA LLIBRETS DE LLOM amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	NADAL
DIJOUS		FESTIU	Sopar: pasta i ou SOPA DE BROU D'AU AMB PISTONS HAMBURGUESA DE PORC Pa i fruita del temps	Sopar: pasta i carn blanca	NADAL
DIVENDRES	SOPA D'ESTRELLETES POLLASTRE A LA LLIMONA amb enciam i olives Pa i fruita del temps Sopar:: verdura i peix blanc	FESTIU	Sopar: verdura i peix blanc ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ A LA ROMANA amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	Sopar: verdura i peix blanc DINAR DE NADAL ESCUDELLA AMB GALETS CANELONS DE L'ÀVIA Pa i Torrons Sopar: verdura i ou	NADAL

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

