



abril 2017

MENÚ ESCOLAR POMPEU FABRA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 Enciam, pastanaga i fruits secs Macarrons carbonara Salmó al forn Plàtan	4 Tomàquet, blat de moro i olives Verdura: bròquil, pastanaga i patata Hamburguesa amb formatge logurt natural	5 Enciam, pastanaga i fruits secs Entremés amb ou dur Arròs a la cassola Poma	6 Tomàquet, formatge i olives Cigrons amb cansalada Croquetes de peix Gelatina	7 Tomàquet i formatge fresc Ensaladilla Salsitxes al forn Pera
 <p><i>Jelies Sant Jordi</i></p>				
17 FESTA	18 Enciam, poma i fruits secs Espaguetis amb tomàquet Brunyols de bacallà Galeta i formatget	19 Tomàquet, blat de moro i olives Verdura: mongeta, pastanaga i patata Pollastre amb salsa formatge logurt maduixa	20 Enciam, poma i fruits secs Arròs amb tomàquet i formatge Lluç amb salsa llimona Taronja	21 DINAR DE SANT JORDI
24 Tomàquet, ou dur i olives Pèsol i patata Llom amb salsa ametlla logurt natural	25 Enciam, poma i fruits secs Macarrons bolonyesa Bacallà al forn Maduixes	26 Tomàquet, blat de moro i olives Verdura: mongeta, pastanaga i patata Vedella guisada Natilla	27 Enciam, pastanaga i fruits secs Llenties Raba de calamar amb llimona Poma	28 Enciam, pastanaga i fruits secs Rissoto de xampinyons Ou dur amb tomaquet Plàtan

Revisat per la dietista Cristina Planella i Farrugia, educació en nutrició, salut i exercici físic.

PROPOSTA DE SOPAR

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 Patata i pèsols amb oli Truita francesa Fruita	4 Quinoa amb verdures Rap a la planxa Fruita	5 Mongeta i patata Cuixa de pollastre al forn logurt	6 Tomàquet, formatge i olives Cigrons amb cansalada Croquetes de peix Gelatina Crema de verdures Truita de patates Fruita	7 Arròs bullit caldós Sardines a la planxa amb tomàquet amanit Fruita
10 FESTA	11 FESTA	12 FESTA	13 FESTA	14 FESTA
17 FESTA	18 Crema de carabassa Truita patates Fruita	19 Escalivada amb torrada Tonyina a la planxa Fruita	20 Bròquil amb patata Hamburguesa de vedella Fruita	21 DINAR DE SANT JORDI
24 Sopa de pistons Truita francesa amb enciam Fruita	25 Verdures a la planxa Brotxeta de gall dindi amb pa amb tomàquet Fruita	26 Arròs 3 delícies Lluç a la planxa Fruita	27 Crema de verdures Bistec de vedella logurt	28 Amanida variada amb fruits secs Pizza de pernil dolç, xampinyons i pinya Fruita

Proposta de sopar de la dietista Cristina Planella i Farrugia, educació en nutrició, salut i exercici físic.