

ESCOLA DE BOSC	MENÚ SALUDABLE	FEBRER 2016
-----------------------	-----------------------	--------------------

	DILLUNS 01	DIMARTS 02	DIMECRES 03	DIJOUS 04	DIVENDRES 05
Dinar	Macarrons amb tomàquet i tonyina Botifarra de porc al forn amb mongetes Fruita	Minestra de verdura Filet de lluç al forn amb arròs amanida Fruita	Arròs a la cassola Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida Fruita	Cigrons guisats amb bledes Ous durs amb tomàquet, tonyina i pastanaga ratllada logurt natural	Puré de verdura amb crostons Llom de bacallà a la romana amb pasta saltada Fruita
	DILLUNS 08	DIMARTS 09	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Dinar	Llenties guisades amb xoris Truita d'espínacs amb amanida Fruita	Crema de carbassa Calamars a l'andalusa amb fruita	Arròs tres delícies Hamburguesa mixta al forn amb formatge i pastanaga ratllada Fruita	Sopa de peix Cuixetes de pollastre al forn amb patates fregides Batut de fruita	FESTA
	DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Dinar	FESTA	Mongetes guisades Truita de tonyina amb amanida Fruita	Verdura del temps Estofat de gall dindi amb xampinyons Fruita	Arròs amb tomàquet Peix fresc i de proximitat amb amanida logurt natural	Sopa de galets Rodó de poltre amb poma i patata al caliu Fruita
	DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Dinar	Llaços amb salsa de formatge Ous durs amb tomàquet i tonyina i xips de verduretes Fruita	Verdura del temps Daus de vedella rostits amb pèsols i pastanaga ratllada Fruita	Patates guisades Pernilets de pollastre a la taronja amb amanida Fruita	Cigrons guisats Peix fresc i de proximitat amb amanida logurt natural	Crema de verdura Paella d'arròs Fruita
	DILLUNS 29	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Dinar	Espaguetis amb salsa de porros Filet de lluç a la llimona amb amanida Fruita				