



CURS 2015 - 2016
MENÚS DEL MES DE DESEMBRE

Assessorament Dietètic: Montserrat Castells



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	01.12.15 *Crema de carabassa(ceba, patata i carabassa) +Pollastre al forn amb pastanaga -Fruita	02.12.15 *Mongetes seques amb suquet +Truita francesa i formatge +Tomàquet amanit i orenga Fruita	03.12.15 *Sopa de pollastre amb pistons +Empanat de pernil i formatge +Enciam i olives -Fruita	04.12.15 *Arròs amb salsa de tomàquet +Rodo de vedella amb bolets i verdureta -Iogurt
Fruita de la setmana: poma, pera, plàtan, mandarina, raïm. Un dia amb un rajolí de maduixa.				
07.12.15 FESTA	08.12.15 FESTA	09.12.15 *Cigrons bullits +Ous al plat amb pèsols -Fruita	10.12.15 *Arròs a la cassola amb pollastre +Salsitxes de porc +Pastanaga ratllada -Fruita	11.12.15 *Crema de carbassó (patata, ceba) +Filet de peix (abadejo) arrebossat +Patates rosses -Fruita
Fruita de la setmana: poma, pera, plàtan, mandarina, raïm.				
14.12.15 *Pasta (espirals)amb saltejat de verdures +Llom a la planxa +Enciam i olives -Fruita	15.12.15 *Llenties a la cassola +Croquetes de pollastre +Enciam i blat de moro -Fruita	16.12.15 *Patata amb pèsols +Lluç al forn amb verduretes -Fruita	17.12.15 *Arròs amb salsa de tomàquet i formatge +Hamburguesa (mixta) +Ceba fregida -Iogurt	18.12.15 *Sopa de peix (lluç, sípia, calamar) +Truita de patata i ceba +Carbassó arrebossat -Fruita
Fruita de la setmana: poma, pera, plàtan, mandarina, raïm. Un dia amb un rajolí de xocolata.				
21.12.15 *Patata estofada amb costella +Seitó arrebossat +Enciam i blat de moro -Fruita	22.12.15 *Sopa de pollastre casolana i pasta +Canelons de carn gratinats al forn -Torrans	23.12.15 Vacances de Nadal	24.12.15 -----	25.12.15 -----
Fruita de la setmana: poma, pera, plàtan, mandarina, raïm.				

- Es posen a l'abast de les famílies unes propostes, compensades, de menús per sopar.
- Els dijous es servirà pa integral.
- L'aigua, sempre és comprada en garrafes, però a taula es posa en gerres.