

Menú mensual enero 2024 - Dieta Sense porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 VACANCES	2 VACANCES	3 VACANCES	4 VACANCES	5 VACANCES
8 Menestra saltejada amb patata i ceba Rodó de gall d'indi amb salsa Tomàquet, blat de moro i olives Fruita fresca Pa	9 Cigrons saltejats amb alls i espinacs Ous cuits amb beixamel Pastanaga bullida Fruita fresca Pa	10 Tallarines amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Caçó a la biscaïna Espàrrecs blancs amb maionesa logurt sabor Pa	11 Mongetes blanques amb menestra Pollastre amb tomàquet i ceba Carbassó al forn Fruita fresca Pa	12 Paella de verdures Salmó al forn amb salsa tàrtara Amanida de tomàquer i olives Fruita fresca Pa
15 Col berza amb patates saltejades Pollastre arrebossat Patates fregides Fruita fresca Pa	16 Llenties amb verdures Ous cuits a la jardinera Pastanaga bullida Fruita fresca Pa	17 Llaçets amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Salmó amb ceba i porro Tomàquet, cogombre i pastanaga Fruita fresca Pa	18 Patates a "lo pobre" Pernillets de pollastre al forn Amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt sabor Pa	19 Arròs amb verdures Cap-roig a la donostiarra Amanida d'enciam i blat de moro Fruita fresca Pa
22 Macarrons al pesto amb formatge ratllat Rap en salsa de porros Carbassó a la planxa Fruita fresca Pa	23 Mongetes blanques amb menestra Truita de xampinyons amb ceba Amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca Pa	24 Paella de verdures (sense pèsols) Pollastre rostit amb tomàquet i ceba Pastanaga bullida logurt sabor Pa	25 Pisto de verdures gratinat amb formatge Hamburguesa vegetal al forn o a la planxa Patates al forn Fruita fresca Pa	26 Patates guisades amb verdures Lluç amb salsa de ceba i pastanaga Amanida de cogombre i olives Fruita fresca Pa
29 Espirals saltejats amb salsa de tomàquet i formatge ratllat (salsa i formatge a part) Lluç al forn amb ceba i tomàquet al natural Amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca Pa	30 Col berza amb patates saltejades Pollastre rostit amb prunes Tomàquet al forn Fruita fresca Pa	31 Llenties amb verdures Hamburguesa vegetal Ceba caramel·litzada Fruita fresca Pa		