

Febrer

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

2

Sopa de verdures

Bacallà al forn amb carxofes

Fruita i pa integral

3

Mongetes saltejades amb gambetes

Conill al forn amb patata al forn

Fruita i pa integral

4

Risotto integral de carbassa

Broquetes de pollastre i verdures

Fruita i pa integral

5

Verdures al wok

Orada a la planxa

Fruita i pa integral

6

Amanida de pasta

Remenat d'ous amb espàrrecs verds

Fruita i pa integral

9

Bròquil gratinat

Truita de tonyina amb barreja d'enciams

Fruita i pa integral

10

Tallarines amb verdures al wok

Salmó al forn amb grill de llimona

Fruita i pa integral

11

Crema d'espàrrecs

Carbassó farcit de gall d'indi

Fruita i pa integral

12

Amanida verda amb poma a daus i nous

Verat al forn amb tomàquets xerris

Fruita i pa integral

13

Pizza casolana de verdures amb salsa de tomàquet natural, ou i orenga

Fruita i pa integral

16

Amanida verda amb cacauets i raig de mel

Ous durs amb canyella en pols

Fruita i pa integral

17

Pèsols a la francesa

Truita de formatge

Fruita i pa integral

18

Crema de verdures

Tonyina al forn amb llit de patata

Fruita i pa integral

19

Lasanya vegetal

Rap a la planxa amb espàrrecs verds

Fruita i pa integral

20

Amanida de tomàquet, mozzarella i orenga

Llesca de pa de pagès integral amb sardines i albergínia

Fruita

23

Saltejat de bolets i ceba

Orada amb patata al forn

Fruita i pa integral

24

Crema de pèsols

Truita d'albergínia

Fruita i pa integral

25

Patates laminades al forn amb pebre vermell i verdures

Aletes de pollastre fregides en fregidora d'aire calent

Fruita i pa integral

26

Crema de coliflor amb crostons

Lluç arrebossat amb farina de cigró

Fruita i pa integral

27

Hummus de llentia amb bastonets de pastanaga

Remenat d'ous i patata

Fruita i pa integral