

Menú General, mes de gener de 2022

<p>10</p> <p>ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, permil dolç, bacó, nata, llet)</p> <p>XISPITES DE LLUÇ CASOLANES</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB OLIVES</p> <p>FRUITADE TEMPORADA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Espirals de llegum amb verdures / Fruita</p>	<p>11</p> <p>PURÉ DE CARABASSA I CIURONS</p> <p>CUIXETA DE POLLASTRE A LA LLIMONA</p> <p>PATATA I VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga)</p> <p>FRUITACÍTRICA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Sopa de pasta i truita amb ensalada / Fruita</p>	<p>12</p> <p>CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (all, cebes, pastanaga, espinacs)</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBE</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES</p> <p>FRUITACÍTRICA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Purè de verdures i verata a la planxa amb pebres / Fruita</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE BROU D'AU (ceba, pastanaga, tomàtiga, nap)</p> <p>LLONGANISSA DE PORC A LA PLANXA</p> <p>PATATA I MONGETES TENDRES AL VAPOR</p> <p>IOGURT</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Ensalada de cuscús amb ciurons amb pebre dolç / Fruita</p>	<p>14</p> <p>PAELLA DE CARN I VERDURES (ceba, tomàtiga, pèsols, mongeta tendre, coliflor, xampinyons)</p> <p>ABADEJO AL FORN GRATINAT</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB TONYINA</p> <p>FRUITADE TEMPORADA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Tortillas mexicanes de verdures i carn / Fruita</p>
<p>17</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB RABES DE CALAMAR</p> <p>AGUAT DE PILOTES DE CARN MIXTA</p> <p>VERDURES (ceba, pastanaga, mongetes tendres, pèsols) I PATATA</p> <p>IOGURT</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Pastis de carabassí amb salsa de tomàtiga i pa torrat / Fruita</p>	<p>18</p> <p>MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (all, cebes, tomàtiga, alfabaguera)</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB OLIVES</p> <p>FRUITADE TEMPORADA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Ensalada i ciurons saltats amb cuscús / Fruita</p>	<p>19</p> <p>PURÉ DE CARABASSÍ</p> <p>LLUÇ AL FORN</p> <p>AL MALLORQUINA (patata, espinacs, alls tendres, tomàtiga)</p> <p>FRUITADE TEMPORADA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Sopa de pasta i salmó amb bròquil / Fruita</p>	<p>20</p> <p>CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (all, cebes, pastanaga, tomàtiga, col)</p> <p>CROQUETES DE POLLASTRE</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES</p> <p>FRUITACÍTRICA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Bollit de patata i verdures amb ou / Fruita</p>	<p>21</p> <p>ARRÓS DE PEIX (ceba, porro, pastanaga, tomàtiga, llorer, rap)</p> <p>FILETE D'INDIOT A LA PLANXA AMB CEBE</p> <p>PATATA AL VAPOR I PEBRES SALTATS</p> <p>FRUITADE TEMPORADA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Ensalada i pizza casolana margherita / Fruita</p>
<p>24</p> <p>ARRÓS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (all, cebes, pastanaga, tomàtiga)</p> <p>TRUITA DE PATATA I CARABASSÍ</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES</p> <p>FRUITADE TEMPORADA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Espirals de llegum amb verdures / Fruita</p>	<p>25</p> <p>PURÉ DE PASTANAGA I CIURONS AMB CROSTONS</p> <p>HOKI AMB ARREBOSSAT CASOLÀ</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB LLAVORS</p> <p>FRUITADE TEMPORADA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Filete d'indiots amb patata i xampinyons / Fruita</p>	<p>26</p> <p>CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (all, cebes, pastanaga, espinacs)</p> <p>PITERA DE POLLASTRE AL FORN</p> <p>PATATA, CEBE, PASTANAGA I TOMÀTIGA</p> <p>FRUITACÍTRICA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Cassola de calamar amb cebes i patata / Fruita</p>	<p>27</p> <p>SOPA DE BROU D'AU (ceba, pastanaga, tomàtiga, nap) (amb pasta integral)</p> <p>FRIT DE MAGRE DE PORC</p> <p>VERDURES (ceba, all tierno, pebres) I PATATA</p> <p>FRUITACÍTRICA</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita</p>	<p>28</p> <p>FIDEUÀ MIXTA (cebilla, tomàtiga, pèsols, pebre vermell, pebre verd)</p> <p>SALMÓ A LA PLANXA</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB OLIVES</p> <p>IOGURT</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Ensalada i quesadilles variades / Fruita</p>
<p>31</p> <p>SOPA DE CUINAT (amb pasta integral)</p> <p>ESTOFAT D'INDIOT</p> <p>PATATA I VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga, pèsols)</p> <p>IOGURT</p> <p><i>Suggeriment desopar:</i> Ensalada i lluç amb ceba i pa torrat / Fruita</p>				

Si necessita informació dels al·lèrgens del menú, contacti amb [cocinadosbenjamin@hotmail.com](mailto:cocinadosbenjamin@hotmail.com)