



Menú GENERAL mes de juny de 2021

El menú va acompanyat de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i trempar els plats.

DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4	
SOPAD'AU AMB PINYONET (ceba, pastanaga, tomàtiga, llozer, pollastre)	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (ceba, pastanaga, tomàtiga, all, llozer, orenga)	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga, col) I PATATA	
TRUITADE PATATAI CEBA	CROQUETES VARIADES	PIPERADE POLLASTRE ALA PLANXA	ABADEJO ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, paratllat)	
ENSALADA DE TOMÀTIGA AMB OLIVES VERDES	FULLES VARIADES, PASTANAGA I TONYINA	PATATES ROSTIDES	FULLES VARIADES, TOMÀTIGA I BLAT DE LES ÍNDIES	
FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA	IOGURT o FRUITA	FRUITADE TEMPORADA	
Suggeriment desopar: <i>Cuscús amb verdures i indiots trossejats / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Tempó de Ciurons amb patata / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Pa torrat amb truita a la francesa i ensalada / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Pizza casolana / Fruita</i>	
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
ARRÒS 3 DELICIES (pernil dolç, truita)	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga, espinacs) I PATATA	ESPAGUETIS INTEGRALS ALA CARBONARA (ceba, baamb, york, nata)	CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga, bledes) I PATATA
POLLASTRE PANAT CASOLÀ (ou, paratllat)	FRIT DE MAGRE DE PORC	PIZZA MARGARITA	LLUÇ AL FORN AMB PICADA	TRUITA A LA FRANCESA
FULLES VARIADES, TOMÀTIGA I OLIVES VERDES	VERDURES (ceba, pebre vermell, pèsols) I PATATA	FULLES VARIADES, PASTANAGA I BLAT DE LES ÍNDIES	MONGETES TENDRES AMB TOMÀTIGA	FULLES VARIADES, TOMÀTIGA, TONYINA I OLIVES
FRUITADE TEMPORADA	IOGURT o FRUITA	FRUITADE TEMPORADA	ENSALADA DE FRUITA FRESCA	FRUITADE TEMPORADA
Suggeriment desopar: <i>Tabulé de couscous amb ciurons / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Ensalada d'arròs isardines a la planxa / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Ous a la planxa amb verdures i pa integral / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Saltejat mexicà de verdures i indiots / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Quesadillas variades / Fruita</i>
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
SOPAD'AU AMB FIDEUS (ceba, pastanaga, tomàtiga, llozer, pollastre)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga, col) I PATATA	PILOTES DE CARN MIXTA	PURÉ DE LLENTIES AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga, espinacs)	ARRÒS MILANESA (carn variada, pebre vermell, mongetes tendres, pèsols)
ABADEJO AL FORN	TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL DOLÇ	VERDURES (ceba, pastanaga, mongetes tendres, pèsols) I PATATA	CUIXETA DE POLLASTRE ROSTIDA	XISPETES DE LLUÇ CASOLANES (ou, paratllat)
TUMBET MALLORQUÍ (verdures, salsades tomàtiga i patata)	ARRÒS AMB XAMPINYONS SALTATS	ENSALADA VARIADA AMB CALAMAR ARREBOSSAT	VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga) I PATATA	FULLES VARIADES, TOMÀTIGA, PASTANAGA I OLIVES
IOGURT o FRUITA	FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA	ENSALADA DE FRUITA FRESCA	FRUITADE TEMPORADA
Suggeriment desopar: <i>Ensalada d'arròs amb ou bullit / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Ensalada de patata i llom de lluç al vapor / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Espirals de llegum amb xampinyons saltats / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Ensalada variada i truita de patata i cebolla / Fruita</i>	Suggeriment desopar: <i>Quiche variada casolana / Fruita</i>
DILLUNS 21				
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga, espinacs) I PATATA				
SALSITXES FRESQUES DE POLLASTRE				
ARRÒS SALTAT				
FRUITADE TEMPORADA				
Suggeriment desopar: <i>Ous bullits amb patata i verdures al vapor / Fruita</i>				



Bon estiu!