



ESCOLA LES ARRELS - ABRIL 2019 - BASAL

1

dll 1
Macarrons bolonyesa
(carn de porc picada i tomata)
Filet de lluç planxa

Enciam, pastanaga i olives verdes
Fruita

dm 2
Crema de pastanaga natural
Mandonguilles vilanova amb sípia

Enciam, tomata, olives verdes
logurt natural

dc 3
Arròs quatre gustos.
(pastanaga, pèsol, blat moro i pernil dolç)
Truita de carbassó

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
Pa integral i fruita

dj 4
Patata mongeta i bròquil al vapor

Pit d'au planxa
(amb xampinyons)
Enciam, tomata i pastanaga
Fruita

dv 5
Cigrons, patata i col bullit

Bacallà amb samfaina
(ceba, pebrot, carbassó, alberginia i tomata)
Enciam, blat de moro i soja
Pa integral i fruita

2

dll 8
Arròs blanc amb tomata
(salsa tomata natural)
Croquetes de rostit vilanova

Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dm 9
Patata, mongeta, pastanaga bullits
Hamburguesa gall dindi planxa

Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dc 10
Llenties guisades amb verdures
(patata, pastanaga i pèsol)
Filet abadejo al forn
(amb ceba)
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita

dj 11
Crema carbassó i porro natural
(carbassó porro i patata)
Pollastre al forn
(amb patates)
Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
logurt cooperativa

dv 12
Fideuà
(amb fumet de peix i sípia)
Truita de patata i ceba

Enciam, pastanaga i olives verdes
Pa integral i fruita

3

dll 15

dm 16

dc 17

dj 18

dv 19

4

dll 22
Espaguetis italiana
(salsa tomata natural)
Bunyols de bacallà

Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dm 23
Espaguetis italiana
(salsa tomata natural)
Bunyols de bacallà

Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dc 24
Patata pèsol pastanaga al vapor

Pollastre rostit

Enciam, tomata i pastanaga
Pa integral i fruita

dj 25
Arròs amb verdures
(carbassó, bolets i pastanaga)
Filet de lluç forn

Enciam, tomata, olives verdes
logurt natural

dv 26
Fesolets bullits amb patata

Hamburguesa vedella planxa

Enciam, pastanaga i olives verdes
Pa integral i fruita

5

dll 29
Tallarines carbonara
(llet, bacon, ceba i formatge)
Filet abadejo a la romana

Enciam, tomata i pastanaga
Fruita

dm 30
Arròs integral amb tomata
(salsa tomata natural)
Truita de formatge

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
Flam cooperativa

dc

dj

dv