



MENÚ HIVERN

GENER 2019 COL·LEGI LESTONNAC-L'ENSENYANÇA

SETMANA DEL 8 AL 11 DE GENER

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1r		Arròs blanc, ou ferrat i salsa de tomàquet	Sopa de brou	Puré de verdures amb trossets de pa torrat	Cigrons ecològics estofats
2n		Filet de bacallà amb enciam i moresc	Pollastre al forn amb salsa de verdures i croqueta de patata	Llonganissa amb samfaina	Llibret de pernil dolç amb tomàquet amanit

SETMANA DEL 14 AL 18 DE GENER

1r	Menestra de verdures i bajoques amb patata	Lassanya gratinada i sopa per als petits	Arròs negre i arròs de peix per als petits	Macarrons a la bolonyesa o als quatre formatges	Llenties ecològiques estofades
2n	Carbonara de llom amb arròs criollo	Truita de patata i ceba o truita de carxofes	Fricandó de vedella	Pit de pollastre a la planxa amb escalivada	Tronquet de lluç a la romana. Orada a la planxa amb patates

SETMANA DEL 21 AL 25 DE GENER (LestoEnglish week)

1r	Puré de carabassó amb trossets de pa torrat	Escudella catalana i sopa per als petits	Arròs blanc, ou ferrat i salsa de tomàquet	Espaguetis a la carbonara i a la bolonyesa	Verdura del temps
2n	Pollastre rostit a la juliana	Llibret de llom amb amanida	Hamburguesa d'espínacs o de vedella amb humus	Lluç al forn amb ceba i patates. Tonyina amb samfaina	Mandonguilles casolanes

SETMANA DEL 28 AL 31 DE GENER

1r	Sopa de broses	Cigrons ecològics	DIA DE LA PAU Canelons gratinats	Puré de verdures amb trossets de pa torrat	
2n	Pollastre arrebossat amb salsa de tomàquet o guacamole	Bacallà al forn amb albergínia	Truita de patata i ceba amb enciam i olives, Truita de carxofa	Fricandó de vedella	

INFORMACIÓ: Hi haurà amanida per a tothom qui ho desitgi // Les postres habituals són quatre dies fruita del temps i un dia làctic.
Menú supervisat per una doctora en dietètica.