

Menú:

SOPARS

MARÇ 2010

SEMINARI

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Dia 1 Arròs tres delícies Peix al forn amb ceba i tomàquet Postres làctiques	Dia 2 Bajoques saltades amb pernil Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita	Dia 3 Espaguetis amb tonyina Croquetes casolanes amb tomàquet amanit logurt	Dia 4 Amanida amb ou dur Canelons gratinats Fruita	
Dia 8 Crema de carbassó amb rostes Pa amb tomàquet i embotit logurt	Dia 9 Sopa de pistons Llonganissa a la planxa amb salsa de tomàquet i xips Fruita	Dia 10 Espirals amb verdures Peix a la planxa amb enciam i olives verdes logurt	Dia 11 Pizza casolana Truita a la francesa amb enciam i blat de moro Fruita	
Dia 15 Patata i bajoca Peix al forn amb pèsols i pastanaga Fruita	Dia 16 Arròs amb verdures Magre a la planxa amb amanida de formatge Fruita	Dia 17 Macarrons napolitana Xurrasco al forn amb verdura arrebossada Fruita	Dia 18 Verdura saltada Llibrets amb enciam tomàquet i olives negres Postres làctiques	
Dia 22 Verdura gratinada Truita de patates amb enciam i olives logurt	Dia 23 Sopa de l'àvia Escalopa amb patata al caliu Fruita	Dia 24 Lassanya casolana Pa amb tomàquet i pernil dolç logurt	Dia 25 Espaguetis a la carbonara Peix al forn amb verdures saltades Fruita	

Bones vacances!!

Nota: Menús revisats per la Dietista Cristina Ferré Saludes. Núm. CAT 00647 Associació Catalana de Dietistes-Nutricionistes (ACDN)
* Grup Cuina Gestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.