

ESCOLA SANT MIQUEL -Recomanacions sopars

ABRIL

DL

DT

DC

DJ

DV



1

Crema de carbassa

Salmó a la planxa amb llit de patata

Fruita de temporada

2

Risotto amb formatge i bolets

Ous d'estiu amb enciam

Fruita de temporada

3

Saltat de verdures amb patates

Vedella amb salsa de bolets

Fruita de temporada

4

Amanida de colors

Entrepà amb alvocat i bonítol

Fruita de temporada

5

Quinoa saltada amb verdures i llenties

Amanida de tomàquet i olives

Fruita de temporada

8

Crema de pastanaga

Salsitxes de porc a la planxa amb samfaina

Fruita de temporada

9

Amanida d'escarola

Truita de patates i ceba i pa amb tomàquet

Fruita de temporada

10

Purè de patates

Guisat de gall dindi a la jardinera

Fruita de temporada

11

Amanida variada al gust

Pizza casolana de pernil salat i formatge

Fruita de temporada

12

Arròs saltat amb verdures

Orada al forn amb llimona

Fruita de temporada

15

Pollastre rostit amb verdures i moniato

Amanida verda

Fruita de temporada

16

Crema de verdures

Sèpia a la planxa amb all i julivert i patates al forn

Fruita de temporada

17

Sopa casolana

Llenties saltades amb dauets de verdures i pernil

Fruita de temporada

18

19

Patates guisades amb sípia i pèsols

Amanida de pastanaga, xerris i olives negres

Fruita de temporada

22

Quinoa amb verdures

Truita de formatge

Fruita de temporada

23

Mongeta tendra, pastanaga i patates

Gall dindi amb salsa verda

Fruita de temporada

24

Cuscús amb verdures i cigronets

Amanida verda al gust

Fruita de temporada

25

Salmó al forn amb llit de patates i verdures

Fruita de temporada

26

Couscous saltat amb verdures i cigronets

Amanida de tomàquet i olives

Fruita de temporada

Pèsols saltats amb pernil

Pinxo de xerris, mozzarella i olivetes

Fruita de temporada