

**SANT MIQUEL - Recomanacions sopars****MARÇ****DL****DT****DC****DJ****DV***Festa!***3**

Quinoa amb verdures i cigronets

amanida verda al gust

Fruita de temporada

**4**

Amanida de tomàquet i mozzarella

Pastís de patata amb carn picada

Fruita de temporada

**5**

Salmó al forn amb llet de moniato, ceba i pastanaga

Fruita de temporada

**6**

Crema de pastanaga i moniato

Truita de patata i ceba

Fruita de temporada

**7**

Crema de carbassa

Truita de pernil

Fruita de temporada

**10**

Puré de patates

Salsitxes amb samfaina

Fruita de temporada

**11**

Moniato al forn

Orada al forn amb llimona i albergínia arrebossada

Fruita de temporada

**12**

Vichysoise amb rostes de pa

Llenties saltades amb gambetes

Fruita de temporada

**13**

Sopa vegetal amb fideus

Sonsos arrebossats amb enciams

Fruita de temporada

**14**

Verdures saltades al wok

Pollastre a l'allet

Fruita de temporada

**17**

Amanida de tomàquet i mozzarella

Macarrons amb bonítol i pebrots

Fruita de temporada

**18**

Quinoa amb verdures i cigronets

amanida verda al gust

Fruita de temporada

**19**

Coliflor gratinada

Truita de patates i ceba

Fruita de temporada

**20**

Crema de carbassó

Sardinetes al forn

Fruita de temporada

**21**

Arròs saltat amb verdures

Orada a la planxa

Fruita de temporada

**24**

Patates guisades amb verdures i costella

Amanida de temporada

Fruita de temporada

**25**

Verdures saltades amb quinoa

Truita de patates i ceba

Fruita de temporada

**26**

Couscous amb cigronets i verdures

Amanida de temporada

Fruita de temporada

**27**

Crema de carbassó

Sípia a la planxa amb verdures al forn

Fruita i pa integral

**28**

Pèsols saltats amb pernil

Hamburguesa a la planxa amb tomàquet amanit

Fruita de temporada

**31**