

ESCOLA SANT MIQUEL -Recomanacions pels sopars

NOVEMBRE

DL	DT	DC	DJ	DV
 03	Crema de verdures de temporada Pollastre al forn amb cebeta caramel·litzada Fruita de temporada 04	Cuscús amb verdures i bonítol Amanida de colors Fruita de temporada 05	Amanida al gust Salmó a la planxa amb llit de patata Fruita de temporada 06	Bròquil amb patates Gall dindi a la planxa amb amanida Fruita de temporada 07
Crema d'espínacs Rap amb salsa verda Fruita de temporada 10	Sopa minestrone Ous farcits amb enciam Fruita de temporada 11	Quinoa amb verdures i cigronets Broquetes de xerris amb mozzarella Fruita de temporada 12	Vichyssoise amb rostes de pa Truita de patata i ceba Fruita de temporada 13	Sopa vegetal amb fideus Sonsos arrebossats Fruita de temporada 14
Mongeta tendra amb pastanaga i patates Hamburguesa amb salsa de formatge Fruita de temporada 17	Puré de patates Pollastre a la planxa i amanida Fruita de temporada 18	Couscous saltat amb verdures i cigronets Seitons arrebossats Fruita de temporada 19	Amanida al gust Salmó al forn amb llit de patates, ceba, pastanaga i tomàquet Fruita de temporada 20	Coliflor gratinada Truita d'albergínia i pebrot Fruita de temporada 21
Llenties saltades amb verdures Amanida d'hortalisses Fruita de temporada 24	Crema de carbassó Truita de patates amb cogombre i olives Fruita de temporada 25	Quinoa amb verdures, cigrons i fruita seca Fruita de temporada 26	Sopa minestrone Magra de porc amb salsa de formatges Fruita i pa integral 27	Amanida al gust Salmó al forn amb llit de patates, ceba, pastanaga i tomàquet Fruita de temporada 28