

# ESCOLA ASUNCIÓN DE NTRA. SRA.

Curs 2009/2010



DILLUNS 04/01/10	DIMARTS 05/01/10	DIMECRES 06/01/10	DIJOUS 07/01/10	DIVENDRES 08/01/10
				Macarrons a la bolonyesa  Figuretes de peix amb enciam i blat de moro  Fruita
11/01/10  Arròs amb tomàquet  Escalopa de vedella amb enciam i tomàquet  Fruita	12/01/10  Cigrons amb verdures  Truita de pernil amb enciam i pastanaga  Fruita	13/01/10  Tallarines a la carbonara  Contraeix de pollastre a la planxa amb carbassó a la romana  Fruita	14/01/10  Crema de pastanaga  Mandonguilles amb xampinyons  Iogurt	15/01/10  Patates estofades amb xoriço  Filet de nero al forn amb samfaina  Fruita
18/01/10  Espirals amb tonyina  Croquetes amb enciam i blat de moro  Fruita	19/01/10  Mongeta verda, patata i pèsols  Hamburguesa amb patates fregides  Fruita	20/01/10  Llenties estofades  Llenguadina a la planxa amb enciam i pastanaga  Fruita	21/01/10  Arròs amb tomàquet  Pernilets de pollastre al forn amb samfaina  Iogurt	22/01/10  Sopa d'au  Estofat de magra amb verdures  Fruita
25/01/10  Raviolis a la napolitana  Calamars a la romana amb enciam i blat de moro  Fruita	26/01/10  Amanida tèbia de patates  Pit de pollastre amb enciam i tomàquet  Fruita	27/01/10  Crema ed carbassó  Rostit amb daus de patata  Fruita	28/01/10  Mangetes estofades  Salsitxes amb tomàquet  Fruita	29/01/10  Arròs a la cassola  Filet de lluç a la planxa amb enciam i pastanaga  Làctic

REVISAT PER: SILVIA VIÑAS GIRONELLA (Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica)