

Què menjarem?

La Cuina de
Sant Tomàs

Menú supervisat per Maria Dorca
Dietista Col. Nº CAT001436

Menú Escola primavera/estiu

| DILLUNS 05-04 | DIMARTS 06-04 | DIMECRES 07-04 | DIJOUS 08-04 | DIVENDRES 09-04 |
|--|--|--|---|--|
| | Amanida de lleties amb tomàquet, pebrot verd i poma Raves de calamar Enciam i olives logurt la Fageda | Espirals amb salsa carbonara Pit de gall d'indi a la planxa Tomàquet i orenga Fruita | Arròs tres delícies: pastanaga, pèsols i pernil dolç Lluç al forn amb pebrot Enciam i pastanaga Fruita | Crema de verdures Fideuà amb fruits del mar Tomàquet i ceba Fruita |
| | Sopar | Sopar | Sopar | Sopar |
| | Minestra de verdures Salsitxes de pollastre Tomàquet i pastanaga Fruita | Bledes i patates Truita de tonyina Enciam i blat de moro Fruita | Vichyssoise Croquetes de bacallà Tomàquet i olives logurt la Fageda | Bròquil i pastanaga Entrepà de llom Fruita |
| 12-04 | 13-04 | 14-04 | 15-04 | 16-04 |
| Raviolis de carn amb salsa de tomàquet Filet de limanda al forn amb all i julivert Enciam i blat de moro Fruita | Escudella de galets Pilotes de pollastre a la jardinera Tomàquet i olives Fruita | Amanida de patata, tomàquet, blat de moro i olives Bacallà al forn amb tomàquet amb panses i pinyons Enciam i ceba Fruita | Mongetes amb cansalada Truita d'espínacs Tomàquet i remolatxa logurt la Fageda | Arròs amb verdures: pastanaga, xampinyons i carbassó Varetes de lluç al forn Enciam i olives Fruita |
| Sopar | Sopar | Sopar | Sopar | Sopar |
| Espinacs i patata Botifarra al forn Tomàquet i olives Fruita | Arròs amb verdures Rotllets primavera Enciam i pastanaga logurt la Fageda | Coliflor amb beixamel gratinat Filet de lluç al forn amb patata Tomàquet i orenga Fruita | Mongeta tendra i patata Pit de pollastre arrebossat Enciam i olives Fruita | Enciam, tomàquet i cogombre Biquinis de pernil i formatge logurt la Fageda |
| 19-04 | 20-04 | 21-04 | 22-04 | 23-04 |
| Amanida de lleties amb tomàquet, pebrot verd i poma Hamburguesa de vedella Patates xips Fruita | Fideus a la cassola Filet de lluç al forn amb patata i ceba Tomàquet i pastanaga Fruita | Arròs blanc amb salsa de tomàquet Llom arrebossat Enciam i tomàquet Fruita | Patata i mongeta tendra Pollastre amb salsa de taronja Tomàquet i orenga Fruita | Cigrons amb un raig d'oli Bacallà amb patates al forn Enciam i olives logurt la Fageda |
| Sopar | Sopar | Sopar | Sopar | Sopar |
| Bròquil saltejat amb alls Truita de patates Tomàquet i olives logurt la Fageda | Pèsols amb pernil Patates d'Olot Enciam i pastanaga Fruita | Menestra de verdures Medalló de lluç amb salsa verda Tomàquet i cogombre logurt la Fageda | Crema verdures Bistec a la planxa Xampinyons saltejats Fruita | Enciam i olives Entrepà de frankfurt Fruita |
| 26-04 | 27-04 | 28-04 | 29-04 | 30-04 |
| Amanida de pasta: tomàquet, pinya, pernil dolç i vinagreta mostassa Truita de carbassó Enciam i pebrot vermell Fruita | Lleties estofades amb xoriç Filet de lluç arrebossat Tomàquet gratinat logurt la Fageda | Sopa de rap amb pistons Estofat de vedella amb pastanaga Enciam i pastanaga Fruita | Arròs amb peix Hamburguesa de verdures Xips Fruita | |
| Sopar | Sopar | Sopar | Sopar | |
| Espinacs i patata Filet de rap amb salsa d'ametlles Tomàquet i orenga logurt la Fageda | Gaspatxo Hamburguesa de pollastre Carbassó al forn Fruita | Albergínia farcida bolonyesa Croquetes de bacallà Tomàquet i olives logurt la Fageda | Coliflor amb beixamel gratinada Pollastre al forn amb verdures Enciam i ceba Fruita | |

Els iogurts són de la cooperativa la Fageda

Un cop a la setmana donem pa integral

Cuinem amb sal iodada