

SENSE LLEGUMS NI MELÓ



EL GARGOT

NOVEMBRE



DEL 2 AL 6 DE NOVEMBRE

DEL 9 AL 13 DE NOVEMBRE

DEL 16 AL 20 DE NOVEMBRE

DEL 23 AL 27 DE NOVEMBRE

30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS TRES COLORS (S/PÈSOLS, pastanaga i blat de moro)
TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE amb enciam i pastanaga
Fruita del temps*

PATATA AMB VERDURES I ARRÒS (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i verd)
TRUITA A LA FRANCESA
Fruita del temps *

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE PERNIL* amb pastanaga i enciam
Fruita del temps *

MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES
TRUITA DE FORMATGE amb amanida d'enciam, pastanaga i olives
Fruita del temps*

ARRÒS TRES COLORS (S/PÈSOLS, pastanaga i pernil cuit*)
TRUITA DE PATATA amb enciam i tomàquet
Fruita del temps*

DIMARTS

FIDEUS A LA CASSOLA (amb magre de porc)
I AMANIDA
Fruita del temps*

SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA i QUINOA
MAGRE DE PORC ESTOFAT AMB TOMÀQUET
Fruita del temps*

PATATES ESTOFADES AMB VERDURETES
BUNYOLS DE BACALLÀ CASOLANS amb enciam i tomàquet
Fruita del temps *

CREMA DE CARBASSA
CAP DE LLOM AL FORN amb salseta de verdures
Fruita del temps*

DIMECRES

VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA S/PÈSOLS
LLUÇ ARREBOSSAT CASOLA amb enciam i olives
Fruita del temps *

VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA
TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i blat de moro
Fruita del temps *

CREMA DE VERDURA DE TEMPORADA S/PÈSOLS
FRICANDÓ DE VEDELLA
Fruita del temps *

ARRÒS AMB VERDURA DE TEMPORADA AMB GALL D'INDI S/PÈSOLS I AMANIDA
Fruita del temps *

DIJOUS

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i pastanaga
logurt

ARRÒS AMB VERDURA DE TEMPORADA S/PÈSOLS
LLENGUADINA AL FORN amb enciam i pastanaga
logurt

TRINXAT DE COL I PATATA
GALL D'INDI AL FORN amb enciam i tomàquet
logurt

SOPA BROU D'AU AMB PASTA
LLUÇ AL FORN amb enciam i pastanaga
logurt

DIVENDRES

SOPA BROU D'AU AMB PASTA
POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb enciam i tomàquet
Fruita del temps *

CUSCÚS AMB VERDURES I POLLASTRE S/PÈSOLS
Fruita del temps *

SOPA AMB PISTONS
CUIXES DE POLLASTRE AL FORN amb patata caliu
Fruita del temps *

PATATA ESTOFADA AMB VERDURETES S/PÈSOLS
CROQUETES DE POLLASTRE CASOLANES amb enciam i blat de moro
Fruita del temps*

**es comprovarà que cap dels ingredients contingui llegums ni meló



Teno

Cuina i lleure de proximitat



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors