

Menú vacances de Nadal 2022-2023



... DESEMBRE ...

Dilluns 19

Dimarts 20

Dimecres 21

Dijous 22

Divendres 23

Esmorzar

LECTIU

LECTIU

LECTIU

Torrades de pa integral amb
ou remenat i fruita

Porridge de civada amb
xocolata i fruits vermells

Dinar

LECTIU

LECTIU

LECTIU

Llenties saltades amb verdures
Contracuixa de pollastre amb
pebrot verd escalivat
Fruita de temporada / Pa

Arròs amb tomàquet
Lluç al forn
amb xips
Fruita de temporada / Pa

Berenar

Fruita de temporada / Iogurt natural / Entrepà integral

Sopar

LECTIU

LECTIU

LECTIU

Crema de carbassa amb llet
de coco
Truita a la francesa amb
formatge i amanida
Iogurt natural / Pa

Mongeta tendra i patata
Hamburguesa d'au amb
enciam i olives
Iogurt natural / Pa

Menú vacances de Nadal 2022-2023



... DESEMBRE ...

Dilluns 26

Dimarts 27

Dimecres 28

Dijous 29

Divendres 30

Esmorzar

FESTIU

Tassa de llet amb cereals
i fruita

Torrades de pa integral amb
ou remenat i fruita

Porridge de civada amb
xocolata i fruits vermells

Torrades de pa integral amb
ou remenat i fruita

Dinar

FESTIU

Mongetes blanques estofades
Pit de pollastre a la planxa
amb amanida
Iogurt natural / Pa

Espirals integrals amb salsa
de tomàquet
Bacallà al forn amb hortalisses
Fruita de temporada / Pa

Wok d'arròs amb verdures
i soja
Trita d'albergínia amb enciam
Iogurt natural / Pa

Escalivada amb formatge
de cabra
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita de temporada / Pa

Berenar

Fruita de temporada / Iogurt natural / Entrepà integral

Sopar

FESTIU

Espinacs a la catalana
Trita de patata i tomàquet
amanit
Fruita de temporada / Pa

Graellada de verdures
Croquetes variades amb
amanida
Iogurt natural / Pa

Crema de carbassó i bròquil
Salmó a la papillote amb
fonoll i porro
Fruita de temporada / Pa

Sopa d'au amb pasta
Gall d'indi al forn
amb enciam
Iogurt natural / Pa

Menú vacances de Nadal 2022-2023



... GNER ...				
Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
Esmorzar				
Porridge de civada amb xocolata i fruits vermells	Torrades de pa integral amb ou remenat i fruita	Tassa de llet amb cereals i fruita	Porridge de civada amb xocolata i fruits vermells	FESTIU
Dinar				
Arròs de verdures saltades Contracuixa de gall d'indi guisat i amanida tricolor Iogurt natural / Pa	Tallarines amb verdures de temporada Llenguado amb samfaina Fruita de temporada / Pa	Quinoa amb salsa de tomàquet i hortalisses Hamburguesa vegetal amb hummus i bastonets de pastanaga Fruita de temporada / Pa	Cigrons amb bledes Broquetes de pollastre al curri amb verdures Fruita de temporada / Pa	FESTIU
Berenar				
Fruita de temporada / Iogurt natural / Entrepà integral				
Sopar				
Crema de carbassa amb pipes de carbassa Truita de bolets de temporada amb amanida Fruita de temporada / Pa	Graellada de verdures amb salsa romesco Tacs de porc amb ceba vermella i enciam Iogurt natural / Pa	Coliflor gratinada Lluç al forn amb patata panadera i tomàquet amanit Iogurt natural / Pa	Sopa d'au amb fideus Pizza casolana de pernil i xampinyons amb enciam Iogurt natural / Pa	FESTIU