




| Què mengem hui? | ¿Qué comemos hoy? | What are we eating today? | Qu'est-ce qu'on mange aujourd'hui? | |
|---|---|---|---|---|
| DILLUNS | DIMART | DIMECRES | DIJOUS | |
| | Dia 1 Mandonguilles amb verdures. Truita de carabasseta. Ensalada. Maduixes. Dieta (3) | Dia 2 Potatge de cigrons. Emperador a la planxa. Ensalada. Plàtan. Dieta (5) | Dia 3 Arròs al forn. Pernil salat i formatge. Ensalada. logur. Dieta (4) | Dia 4 Sopa d'olla. Pollastre al forn amb creïlles. Ensalada. Pera. Dieta (2) |
| Dia 7 Llenties estil La Rioja. Lluç al forn amb ceba i creïlles. Ensalada. Meló d'Argel. Dieta (5) | Dia 8 Arròs a la cubana amb ou fregit. Humus amb pics de pa. Ensalada. Plàtan. Dieta (4) | Dia 9 Canelons. Titot i formatge. Ensalada. Prunes. Dieta (3) | Dia 10 Crema de carabasseta. Hamburgueses amb creïlles estil Vedruna. Ensalada. Natilles. Dieta (2) | Dia 11 Fideuà. Llobarro a la planxa. Ensalada. Poma. Dieta (1) |
| Dia 14 Macarrons a la bolonyesa. Nuggets de pollastre. Ensalada. Poma. Dieta (5) | Dia 15 Sopa coberta. Pizza casolana de pernil dolç, beicon i formatge. Ensalada. Plàtan. Dieta (2) | Dia 16 Llenties amb verdures. Truita de creïlles. Ensalada. Meló d'Argel. Dieta (1) | Dia 17 Paella de pollastre i conill. Pernil salat i formatge. Ensalada. Pinya al natural. Dieta (4) | Dia 18 Potatge de cigrons. Croquetes de peix. Ensalada. Pera. Dieta (5) |
| Dia 21 Crema de verdures. Llonganisses amb titaina de verdures. Ensalada. Poma. Dieta (3) | Dia 22 Arròs tres delícies Emperador a la planxa. Ensalada. Plàtan Dieta (4) | Dia 23 AMERICAN SUMMER LUNCH Ensalada Hawaiana (pasta). Mini Croquetes, fingers i cercols de ceba Ice Cream. Dieta (2) |  | |

- Menú de dietes:

1) Bullit i peix planxa.

2) Sopa de fideus i pit de pollastre planxa.

3) Puré de verdures i pit de titot planxa.

4) Arròs blanc i companatge (serrà, titot, formatge).

5) Creïlla i ceba torrada i peix bullit.



ORIENTACIONS PER ALS SOPARS

| DILLUNS | DIMART | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|---|---|---|--|
| | Dia 1 Crema de verdures. Lluç arrebossat. Fruita de temporada. | Dia 2 Creïlla al forn. Faixetesde vedella i verdures. Fruita de temporada. | Dia 3 Regirat d'espàrrecs verds, gambes i un ou. Daurada a la planxa. Fruita de temporada. | Dia 4 Albergínia farcida de carn picada, verdures i salsa de tomaca. Fruita de temporada. |
| Dia 7 Sopa de verdures amb fideus. Rellom a la planxa. Fruita de temporada. | Dia 8 Espinacs saltats amb gambes. Rap en salsa amb creïlles. Fruita de temporada. | Dia 9 Bullit valencià. Trita de tonyina. Fruita temporada. | Dia 10 Ensalada de pasta amb tomaca, encisam, carlota, ou cuit i tonyina. Llenguado amb tomaca. logurt. | Dia 11 Crema de carlota i creïlla. Llibret de llom casolà amb pernil dolç i formatge. Fruita temporada. |
| Dia 14 Sopa de peix Trita francesa amb formatge. Fruita de temporada. | Dia 15 Titaina de verdures. Emperador a la planxa. Fruita de temporada. | Dia 16 Fesols tendres ofegats amb pernil i tomaca. Xulles de titot a la planxa. Fruita de temporada. | Dia 17 Bullit valencià. Peix a la planxa. Fruita temporada. | Dia 18 Tassa de caldo Faixetesde vedella i verdures. Fruita de temporada. |
| Dia 21 Sopa d'estreletes. Salmó al forn amb base de creïlles i ceba. Fruita de temporada. | Dia 22 Bròcoli al vapor. Xulles de corder. Fruita temporada. | Dia 23 Menestra de verdures. Trita de creïlles Fruita de temporada | BON | ESTIU |