



ORIENTACIONES PARA LAS CENAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Dia 3 Sopa de verduras. Pit de pollastre a la planxa. Fruita de temporada	Dia 4 Creïlles al forn. Faixetes de vedella i verdures. Fruita de temporada.	Dia 5 Crema de verduras. Lluç arrebossat. Fruita de temporada.	Dia 6 Regirat d'espàrrecs verds, gambes i un ou. Daurada a la planxa. Fruita de temporada.	Dia 7 Albergínia farcida de carn picada, verdures i salsa de tomaca. Fruita de temporada.
Dia 10 Sopa de verduras amb fideus. Rellom a la planxa. Fruita de temporada.	Dia 11 Espinacs saltats amb gambes. Rap en salsa amb creïlles. Fruita de temporada.	Dia 12 Sopa de verduras amb cigrons. Pit de pollastre a la planxa. Fruita de temporada	Dia 13 Ensalada de pasta amb tomaca, encisam, carlota, ou cuit i tonyina. Llenguado amb tomaca. logurt.	Dia 14 Crema de carlota i creïlla. Llibret de llom casolà amb pernil dolç i formatge. Fruita temporada.
Dia 17 Regirat de xampinyons i pernil serrà. Llobarro a la planxa. logurt.	Dia 18 Titaina de verduras. Emperador a la planxa. Fruita de temporada.	Dia 19 Bròcoli al vapor. Xulles de corder. Fruita temporada.	Dia 20 Sopa d'estreletes. Salmó al forn amb base de creïlles i ceba. Fruita temporada.	Dia 21 Sopa de peix. Rèmol amb cloïsses i gambes. Fruita de temporada.
Dia 24 Albergínia farcida de carn picada, verdures i salsa de tomaca. Fruita de temporada.	Dia 25 Bullit valencià. Truita de tonyina. Fruita temporada.	Dia 26 Sopa de verduras Llobarro a la planxa. Fruita temporada.	Dia 27 Sopa de peix Truita francesa amb formatge. Fruita de temporada.	Dia 28 Crema de carabasseta. Pizza casolana amb base de tomaca, xampinyons, pernil dolç i formatge. Fruita de temporada.
Dia 31 Fesols tendres ofegats amb pernil i tomaca. Truita de creïlles. Fruita de temporada.				