

## MARÇ

## PROPOSTA DE SOPARS

				DIVENDRES 1
				Pastís de verdures Peix blau al forn i xips de patata natural Fruita natural
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
FESTIU	Brou de verdures amb fideus Peix blanc amb verdures al forn Iogurt	Broqueta de verdures Tires de pollastre arrebossades Fruita natural	Arròs tres delícies Truita francesa amb tomàquet natural Fruita natural	Bajoques i patata al vapor Bacallà amb ceba al forn Fruita natural
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
Verdures a la planxa Vedella a la planxa amb patates fregides Fruita natural	Brou de pollastre amb arròs Truita a la francesa amb formatge fresc Fruita natural	Espinacs saltejats Pollastre al forn amb verdures Fruita natural	Crema de porro amb daus de pernil Llucets enfarinats fregits amb enciam Iogurt	Lasanya de verdures Hamburguesa de conill amb tomàquet Fruita natural
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
Patata, pastanaga i bajoca al vapor Truita francesa amb pernil dolç Fruita natural	Crema de verdures amb torradetes Gall dindi planxa amb enciam i olives Fruita natural	Brou de carn amb estrelletes Maira arrebossada amb tomàquet natural Iogurt	Esbargínia farcida i gratinada Truita francesa i pa amb tomàquet Fruita natural	Arròs de verdures Salmó amb ceba al forn Fruita natural
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Brou de verdures amb mandonguilles Truita francesa amb carbassó arrebossat Fruita natural	Crema de carbassa Pollastre planxa amb tomàquet natural Iogurt	Espaguetis a la carbonara Sardines al forn amb verdures Fruita natural	Patata i bròquil Truita d'albergínia Fruita natural	Cigrons amb espinacs Lluç a la planxa amb amanida variada Fruita natural

## MARZO

## PROPUESTA DE CENAS

				VIERNES 1
				Pastel de verduras Pescado azul al horno y chips de patata Fruta natural
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
FESTIVO	Caldo de verduras con fideos Pescado blanco con verduras al horno Yogur	Brocheta de verduras Tiras de pollo rebozado Fruta natural	Arroz tres delicias Tortilla francesa con tomate natural Fruta natural	Judías verdes y patata al vapor Bacalao con cebolla al horno Fruta natural
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Verdura a la plancha Ternera a la plancha con patatas fritas Fruta natural	Caldo de pollo con arroz Tortilla a la francesa con queso fresco Fruta natural	Espinacas salteadas Pollo al horno con verduras Fruta natural	Crema de porro con dados de jamón Merluza enharinada frita con lechuga Yogur	Lasaña de verduras Hamburguesa de conejo con tomate Fruta natural
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Patata, zanahoria y judías verde al vapor Tortilla francesa con jamón york Fruta natural	Crema de verduras con tostones Pavo a la plancha con lechuga y aceitunas Fruta natural	Caldo de carne con estrellitas "Maira" rebozada con tomate natural Yogur	Berenjena rellena y gratinada Tortilla francesa y pan con tomate Fruta natural	Arroz con verduras Salmón con cebolla al horno Fruta natural
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Caldo de verduras con albóndigas Tortilla francesa con calabacín rebozado Fruta natural	Crema de calabaza Pollo a la plancha con tomate natural Yogur	Espaguetis a la carbonara Sardinas al horno con verduras Fruta natural	Patata y brócoli Tortilla de berenjena Fruta natural	Garbanzos con espinacas Merluza a la plancha y ensalada variada Fruta natural