



El menú del mes **NOVEMBRE 16**



Data	Els dinars de la Xarranca	Propostes de sopars
dm. 1		
dc. 2	Arròs amb tomàquet; Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga; Fruita	Sopa d'estrelles; Conill a la planxa; Làctic
dj. 3	Llenties amb oli; Calamars a la romana amb enciam i blat de moro; Iogurt	Arròs tres delícies; Pollastre a la planxa; Fruita
dv. 4	Sopa de peix amb fideus; Pollastre al forn amb tomàquets i olives; Fruita	Crema de pastanaga; Bikini; Fruita
5-6		
dl. 7	Amanida de pasta amb tomàquet, formatge i pernil dolç; Bistec de vedella a la planxa amb enciam i olives; Fruita	Sopa de verdures; Mero a la planxa; Fruita
dm 8	Sopa d'estrelles; Escalopa de gall dindi amb enciam, espinacs, pastanaga i formatge fresc; Flam	Puré de patates; Cuixes de pollastre al forn; Fruita
dc. 9	Arròs amb mongetes verdes, pèsols i pastanaga; Peix fresc amb enciam i tomàquet; Fruita	Verdures saltejades; Truita de formatge; Làctic
dj. 10	Mongetes seques amb pernil; Truita de xampinyons amb carbassó i pastanaga al forn; Iogurt	Crema de carbassa; Empanada de tonyina; Fruita
dv. 11	Patata i col; Botifarra a la planxa amb enciam i ceba tendra; Fruita	Margallons amb pernil; Sèpia a la planxa; Làctic
12-13		
dll. 14	Arròs amb bolets; Varettes de lluç amb enciam i blat de moro; Fruita	Patata i bleda; Pollastre a la planxa; Làctic
dm. 15	Patata i bròquil; Vedella estofada amb pastanaga i pèsols; Fruita	Arròs amb tomàquet; Seitons fregits; Fruita
dc. 16	Sopa de pistons; Croquetes xarranqueres de bacallà amb tomàquet i olives; Iogurt	Crema de carbassó; Salmó a la planxa; Fruita
dj. 17	Cigrons amb oli; Canelons de carn; Fruita	Amanida de pasta amb tonyina i ou dur; Formatge i codony
dv. 18	Macarrons amb tomàquet i tonyina; Peix fresc amb enciam i pastanaga; Fruita	Pa amb tomàquet; Truita de patates; Fruita
19-20		
dll. 21	Pèsols saltejats amb pernil; Salsitxes al forn amb tomàquets i ceba tendra; Iogurt	Tallarines al pesto; Maires arrebossades; Fruita
dm. 22	Patata i bleda; Lluç arrebossat amb xips; Fruita	Sopa de pa; Truita de pernil dolç; Làctic
dc. 23	Crema de carbassó; Bistec de vedella a la planxa amb enciam i blat de moro; Fruita	Arròs tres delícies; Pollastre al forn; Fruita
dj. 24	Cuines del Món: Arròs amb pollastre de Colòmbia; Fruita	Amanida variada; Fusta d'embotits; Làctic
dv. 25	Menú sorpresa!!!	Patata i coliflor; Salsitxes de tofu; Fruita
26-27		
dll. 28	Llenties estofades amb verdures, costella i xoriç; Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga; Fruita	Arròs amb pèsols; ous farcits; Làctic
dm. 29	Espaguetis amb tomàquet; Llom arrebossat amb enciam i olives; Fruita	Amanida variada; Lluç al forn; Fruita
dc. 30	Patata i mongeta tendra; Pollastre a la planxa amb enciam i tomàquet; Fruita	Espaguetis amb tomàquet; Conill a la brasa; Fruita