



## El menú del mes. **NOVEMBRE 12**



Data	Els dinars de la Xarranca	Propostes de sopars
dll5	Espaguetis amb tomàquet; Llom a la planxa amb enciam i blat de moro; Fruita	Sopa de brou; Truita francesa; Làctic
dm.6	Cigrons amb oli; Vedella estofada a la jardineria; Fruita	Patata i mongeta verda; Tonyina a la planxa; Fruita
dc.7	Patata i bròquil; Canelons de peix; Flam	Arròs amb verdures; Hamburguesa de seità; Fruita
dj.8	Sopa de pistons; Pollastre arrebossat amb enciam i pastanaga; Fruita	Crema de lleties; Rodanxa de lluç al forn; Làctic
dv.9	Arròs tres delícies; Rap amb enciam i tomàquet; Iogurt	Amanida de tomàquets; Pizza; Fruita
10-11		
dl.12	Lleties amb oli; Llibrets de llom amb tomàquet i olives; Fruita	Tallarines al pesto; Seitons fregits; Làctic
dm.13	Patata i bleda; Bistec de vedella a la planxa amb enciam i blat de moro; Fruita	Sopa de pa; Truita de pernil dolç; Fruita
dc.14	Arròs amb tomàquet; Peix fresc amb enciam i pastanaga; Fruita	Patata i coliflor; Gall dindi a la planxa; Làctic
dj.15	Crema de carbassó; Pollastre a l'allet amb patates fregides; Iogurt	Arròs tres delícies; Maira arrebossada; Fruita
dv.16	Macarrons bolonyesa; Palaia al forn amb coliflor arrebossada; Fruita	Amanida variada; Biquini; Fruita
17-18		
dll.19	Arròs amb bolets; Hamburguesa de vedella amb tomàquets i olives; Iogurt	Sopa de pasta; Mero a la planxa; Làctic
dm.20	Pèsols saltejats amb pernil; Pollastre a la planxa amb patates xips; Fruita	Puré de patates; Sèpia a la planxa; Fruita
dc.21	Patata i mongeta tendra; Peix fresc amb enciam i pastanaga; Fruita	Verdures saltejades; Truita de formatge; Làctic
dj.22	Fideuà; Calamars a la romana amb enciam i blat de moro; Iogurt	Margallons amanits; Cuixetes de pollastre al forn; Fruita
dv. 23	Sopa de lletres; Salsitxes al forn amb carbassó arrebossat; Fruita	Patata i bleda; Croquetes de pernil; Fruita
24-25		
dl.26	Tortellini de formatge; Truita de xampinyons amb enciam i olives; Fruita	Sopa de fideus; Rap al forn; Làctic
dm.27	Sopa d'estrelles; Botifarra a la planxa amb patata i tomàquet al forn; Fruita	Arròs a la cubana amb ou ferrat; Fruita
dc.28	Mongetes seques amb pernil; Palaia amb enciam i ceba tendra; Fruita	Patates fregides; Xai a la brasa; Fruita
dj. 29	Cuines del Món: <b>Arròs amb pollastre de Colòmbia*</b> ; Fruita	Crema de carbassó; gall dindi a la planxa; Làctic
dv.30	Patata i pèsols; Varetes de lluç amb enciam i blat de moro; Iogurt	Lleties amanides amb tonyina i ou dur; Fruita

\* El nostre agraïment a la Lina Rengifo, mare d'en John Wilder i la Nicole Dayana. Que ens ha ensenyat a preparar aquest plat tan saborós. De ben segur que als nens i les nenes els hi agrada moltíssim.