

PROPOSTA DE SOPARS PRIMAVERA 2022

1a SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Patata, mongeta i pastanaga	Crema de carbassó	Sopa de pasta petita	Alvocat i daus de tomàquet	Pizza casolana de mozzarella, pernil i xampinyons
Tires de pollastre amb ceba	Lluç enfarinat	Truita a la francesa	Peix blanc al vapor	
logurt	Pera natural	logurt	Maduixes	

2a SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Crema de pèsols	Puntes d'espàrrecs	Hummus amb bastonets	Quinoa amb espàrrecs verds i cors de carxofa	Llibrets de pernil i formatge amb flors de bròquil
Truita de pernil	Peix blanc al vapor	Remenat d'ous amb xampinyons		
Compota de fruita	Fruits vermells	logurt	Maduixes	

3a SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Daus d'alvocat i tomàquet	Crema de pastanaga	Daus de salmó	Mongetes amb hummus	Pizza casolana amb mozzarella, tomàquet i alfàfrega
Gall d'indi a la llimona	Sèpia amb arròs blanc	Truita a la francesa	Peix blanc al vapor	
logurt	Maduixes	logurt	Recuit amb mel	

4a SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Mongeta verda amb ou dur i tonyina	Verdures al vapor amb formatge fresc	Espàrrecs verds	Crema tèbia de porros	Ensaladilla
	Daus de bacallà	Truita de patata i ceba	Espinacs amb hummus i gambetes	Croquetes de peix
logurt	Meló	logurt	Poma al forn	

ESCOLA INFANTIL MAFALDA

ASSESSOR NUTRICIONAL: JOSEP PONT | WWW.JOSEPPONT.COM