

PROPOSTA DE SOPARS ALTERNATIUS OCTUBRE tlf:680407347 Bernet Progrés S.L.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		1 Espinacs catalana Peixet fregit amb enciam juliana i olives negres Pera	2 Mongeta tendra amb patata Sardines planxa amb enciam i amanit Préssec en almívar	3 Pèsols amb pernil Truita de formatge amb tomàquet amanit logurt natural
6 Crema de carbassa Truita de xampinyons amb pa Poma al forn	7 Amanida de tomàquet Pit de pollastre amb patates al forn Bol de iogurt amb kiwi	8 Sopa de ceba Panga a la romana amb rodanxes de carbassó logurt de fruites	9 Puré de patata gratinat Sardines fregides amb enciam i blat de moro Suc de taronja natural	10 Verdura tricolor Pa amb tomàquet i pernil Macedònia de fruites
13 Cus - cus Sardines planxa amb enciam i tomàquet amanit Préssec en almívar	14 Crema de porros Rodanxa de lluç arrebossada amb tomàquet amanit Poma	15 Minestra de verdures Llom a la planxa amb amanida logurt natural	16 Sopa de pasta Salsitxes amb salsa de tomàquet Broquetes de fruita	17 Amanida verda variada Pa amb tomàquet i formatge Pinya natural
20 Sopa vegetal de pistons Truita de patates i pastanaga ratllada Pera	21 Puré de pastanaga Hamburguesa a la planxa amb patates fregides logurt natural	22 Col-i-flor gratinada Croquetes de peix amb enciam logurt de fruites	23 Amanida tropical Bistec de vedella amb ceba dolça Plàtan	24 Albergínies farcides Lluç en salsa verda logurt natural
27 Crema de verdures Tonyina a la planxa amb enciam juliana logurt	28 Sopa meravella Truita de pernil amb pa amb tomàquet Pinya	29 Espirals amb tomàquet Rap al forn amb patata Mandarines	30 Amanida de tomàquet, formatge fresc, oli i orenga Cuixetes de pollastre amb ceba Batut de llet i fruites	31 Favetes saltades amb bacó Rotllets de pernil i formatge amb pa Pinya

Es sopars acompanyats d'una tassa de pa

Menú elaborat per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

