



Proposta de sopars

Juliol 2017



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
03 juliol Crema de carbassó Bistec a la planxa amb salsa roquefort i tomàquet amanit logurt natural	04 juliol Enciam fulles de roure amb pastanaga i tomàquet Seitons a la tempura amb patata al caliu Fruita de temporada	05 juliol Bròquil saltejat amb allets i xampinyons Cuixetes de pollastre al forn amb carbassó Gelats casolà	06 juliol Cous cous amb cigrons pastanaga, pebot vermell i ceba Lluç al forn amb salsa verda logurt natural	07 juliol Salmorejo amb ou dur Albergínia omplerta amb xampinyons, carbassó i carn pica Fruita de temporada
10 juliol Tomàquet amanit amb formatge fresc Llom a la planxa amb espinacs saltejats amb panses logurt natural	11 juliol Pebrot del piquillo omplerts amb ou i tonyina Filet de pollastre arrebossat amb patates Fruita de temporada	12 juliol Torrada d'escalivada amb anxoves Salmó a la planxa amb all i julivert i carbassó a la planxa Gelats casolà	13 juliol Amanida d'enciam, pastanaga i tomàquet Trita d'albergínia i pa amb tomàquet logurt natural	14 juliol Gasaptxo Pizza de tonyina Fruita de temporada
17 juliol Crema de verdures Seitons a la tempura amb albergínia al forn logurt natural	18 juliol Col i flor amb patata gratinada amb formatge Trita francesa i xampinyons saltejats amb all i julivert Fruita de temporada	19 juliol Fesols amb pebrot vermell, verd i ceba Bacallà al forn amb base de patata Gelats casolà	20 juliol Crema freda de tomàquet Hamburguesa de vedella i patates fregides al forn logurt natural	21 juliol Rúcula amb tomàquet amanit Crepes de xampinyons, pernil dolç i formatge Fruita de temporada
24 juliol Salmorejo amb ou dur Llom a la planxa amb xampinyons saltejats amb all i julivert logurt natural	25 juliol Pèsols saltejats amb pernil salat i ceba Cuixa de pollastre al forn amb tomàquet al caliu Fruita de temporada	26 juliol Vichyssoise Verat arrebossat amb picada d'all i julivert Gelats casolà	27 juliol Amanida de lleties (tomàquet, pastanaga i olives) Trita d'albergínia i pa amb tomàquet logurt natural	28 juliol Crema de carbassó Pastís de salmó (pa de motlle, maionesa, salmó i ou dur) Fruita de temporada

Menú supervisat per la dietista-Nutricionista: Anna Pérez Curto núm. CODINUCAT: CAT472

