



llar d'infants el gira-sol - abril 2021 - basal eb baix empordà

1

dll

dm

dc

dj

dv

2

dll

dm

dc

dj

dv

6

7

8

9

Espaguetis italiana
(salsa tomata natural)

Llom de lluç a la romana

Enciam, blat de moro i soja

Fruita

Patata, pèsol i pastanaga bullits

Pollastre rostit

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Pa integral i fruita

Fesolets bullits amb patata

Truita de formatge

Enciam, tomata, olives verdes

logurt cooperativa

Arròs integral amb tomata
(salsa tomata natural)

Hamburguesa vegetal planxa
(soja i verdures)

Enciam, pastanaga i olives verdes

Pa integral i fruita eco

3

dll

dm

dc

dj

dv

12

13

14

15

16

Tallarines eco carbonara
(llet, bacon, ceba i formatge)

Croquetes de pollastre vilanova

Enciam, pastanaga i blat de moro

Fruita

Arròs amb verdures
(carbassó, pèsol i pastanaga)

Truita de pernil dolç

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

logurt cooperativa

Sopa de pasta
(brou carn natural i fideus)

Cigrons amb patata

Enciam, tomata, olives verdes

Pa integral i fruita

Patata mongeta i bròquil al vapor

Bacallà amb samfaina
(ceba, pebrot, carbassó, alberginia i tomata)

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Fruita

Crema de llegums
(llenties, patata, pastanaga i ceba)

Estofat de vedella
(amb xampinyons)

Enciam, pastanaga i olives verdes

Pa integral i fruita

4

dll

dm

dc

dj

dv

19

20

21

22

23

Arròs bullit eco amb salsa tomata r

Filet de lluç planxa

Enciam, pastanaga i blat de moro

Fruita

Patata mongeta i pastanaga vapor

Pit de pollastre arrebossat

Enciam, tomata, olives verdes

Fruita

Crema de llegums
(mongeta seca, patata, pastanaga i ceba)

Canelons vegetals
(amb beixamel i formatge gratinat)

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Pa integral i fruita

Macarrons amb tomata natural

Truita de carbassó

Enciam, blat de moro i soja

Crema xoco cooperativa

Llenties guisades amb quinoa
(patata, pastanaga i pèsol)

Hamburguesa gall dindi planxa

Enciam, pastanaga i olives verdes

Pa integral i fruita eco

5

dll

dm

dc

dj

dv

26

27

28

29

30

Crema carbassó i porro natural
(carbassó porro i patata)

Mandonguilles de porc vilanova
(amb sípia)

Enciam, tomata, olives verdes

Fruita

Arròs quatre gustos.
(pastanaga, pèsol, blat moro i xampinyons)

Ous al forn

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

logurt cooperativa

Cigrons guisats
(patata, pastanaga i ceba)

Bunyols de bacallà

Enciam, blat de moro i soja

Pa integral i fruita

Patata mongeta i pèsol al vapor

Pit d'au planxa

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Fruita

Espaguetis integrals italiana
(salsa tomata natural)

Filet de lluç forn

Enciam, pastanaga i blat de moro

Pa integral i fruita