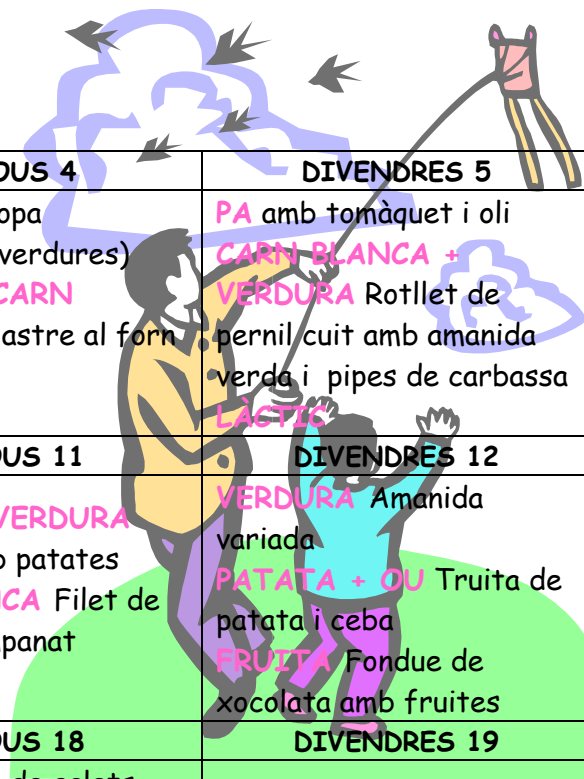


# OPCIÓ SOPARS MARÇ 2010



DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
<b>PATATA + VERDURA</b> Puré de carbassó i ceba <b>PEIX BLAU</b> Daus de tonyina a la planxa <b>FRUITA</b>	<b>PASTA</b> Sopa de pistons <b>PEIX BLANC + VERDURA</b> Orada a la planxa amb espàrrecs i pastanaga saltats <b>FRUITA</b>	<b>ARRÒS</b> amb salsa de tomàquet <b>OU + VERDURA</b> Truita de ceba i albergínia <b>FRUITA</b>	<b>VERDURA</b> Sopa minestrone (verdures) <b>PATATA + CARN BLANCA</b> Pollastre al forn amb patates <b>FRUITA</b>	<b>PA</b> amb tomàquet i oli <b>CARN BLANCA + VERDURA</b> Rotllet de pernil cuït amb amanida verda i pipes de carbassa <b>LÀCTIC</b>
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
<b>ARRÒS</b> Sopa de peix amb arròs <b>PEIX BLANC + VERDURA</b> Varettes de lluç amb xerris i enciam <b>LÀCTIC</b>	<b>PASTA</b> Sopa de pasta <b>OU + VERDURA</b> Truita francesa amb amanida de tomàquet i nous <b>FRUITA</b>	<b>PATATA + VERDURA</b> Amanida de patates <b>PEIX BLAU</b> Broquetes de cazón al forn <b>FRUITA</b>	<b>PATATA + VERDURA</b> Espinacs amb patates <b>CARN BLANCA</b> Filet de gall d'indi empanat <b>FRUITA</b>	<b>VERDURA</b> Amanida variada <b>PATATA + OU</b> Truita de patata i ceba <b>FRUITA</b> Fondue de xocolata amb fruites
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
<b>PATATA + VERDURA</b> Bledes saltades amb patates <b>CARN BLANCA</b> Llom de porc a la planxa <b>FRUITA</b>	<b>LLEGUM</b> Sopa de cigrons <b>OU + VERDURA</b> Truita francesa amb amanida d'enciam, pastanaga i sèsam <b>FRUITA</b>	<b>PATATA + VERDURA</b> Puré d'albergínia, patata i ceba <b>CARN BLANCA</b> Pollastre a la panxa <b>FRUITA</b>	<b>PASTA</b> Sopa de galets <b>PEIX BLANC + VERDURA</b> Lluç a l'andalusa amb amanida d'escarola, tomàquet... <b>FRUITA</b>	<b>PA + PEIX BLAU</b> Pizza de tonyina i ceba <b>VERDURA</b> Amanida verda amb fruita <b>LÀCTIC</b> Arròs amb llet
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
<b>ARRÒS + VERDURA</b> Arròs amb samfaina <b>CARN BLANCA</b> Pit de pollastre a la planxa <b>FRUITA</b>	<b>VERDURA</b> Wok de verdures (carbassó, ceba, espàrrecs, pastanaga...) <b>PATATA + PEIX BLANC</b> Llobarro amb patates al forn <b>FRUITA</b>	<b>PASTA + VERDURA</b> Nius de pasta amb salsa de tomàquet <b>PEIX BLANC</b> Perca arrebossada <b>FRUITA</b>	<b>PATATA + VERDURA</b> Gratén de patates amb verdures <b>OU</b> cuit <b>LÀCTIC</b>	<b>LLEGUM + VERDURA</b> Empedrat de mongetes <b>PEIX BLAU</b> Tempura de seitons <b>FRUITA</b>

Tots els sopars s'han d'acompanyar amb una llesca de pa.