

## ESCOLA RIUS i TAULET

### Proposta de sopars opcionals - Abril 2019

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>1</b> Puré de carbassó, porro i patata amb formatge ratllat  Llenguado "al papillote" amb verdures	<b>2</b> Verdures saltejades amb bolets i gambes  Quiche de verdures amb pollastre	<b>3</b> Tallarins amb salsa de xampinyons  Sípia a la planxa amb all i julivert	<b>4</b> Torrades amb hummus i escalivada de verdures  Trita a la francesa amb tomàquet amanit amb alvocat	<b>5</b> Patates al gratin  Pollastre al curry amb carbassó a la planxa
<b>8</b> Bròquil saltejat amb gambetes  Churrasco de vedella a la planxa	<b>9</b> Espaguetis de carbassó amb salsa pesto  Trita de patates amb pastanaga ratllada	<b>10</b> Arròs basmati saltejat amb xampinyons  Salmó al forn amb ceba caramel·litzada	<b>11</b> Mongetes seques amb all i julivert  Rotllets de gall d'indi amb pernil i formatge i patates al forn	<b>12</b> Amanida de quinoa amb verdures fresques  Mandonguilles de llegums amb salsa de tomàquet
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
<b>VACANCES</b>				
<b>22</b>	<b>23</b> Cigrons saltejats amb ceba i carbassó  Tonyina encebada	<b>24</b> "Fajitas" amb: Carn (pollastre, porc, vedella) o llegums, verdura(enciam, tomàquet, blat de moro, ceba...) amb guacamole	<b>25</b> Crema de carbassa amb daus de pernil salat  Lluç al forn amb patates panaderes	<b>26</b> Macarrons amb formatge gratinat  Llonses de porc amb espàrrecs verds
<b>29</b> Albergínia farcida de verdures i arròs  Hamburguesa de bou	<b>30</b> Amanida grega amb formatge feta i crostons de pa torrat  Trita d'escarxofes			

Menús revisat per dietista-nutricionista col·legiada nº1381. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies.

