

# LLAR EL MOLINET MARÇ 2010

Menú Revisat per Vicenç Sellés nº 247.

<p><b>DILLUNS 1</b></p> <p>Espaguetis a la bolonyesa (amb tomàquet sofregit i carn picada)</p> <p>Croquetes de bacallà amb enciam i espàrrecs</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIMARTS 2</b></p> <p>Sopa d'au amb pasta</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga ratllada</p> <p>Flam</p>	<p><b>DIMECRES 3</b></p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre rostits amb enciam i tomata</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIJOUS 4</b></p> <p>Panató de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)</p> <p>Botifarra a la planxa amb enciam i olives negres</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIVENDRES 5</b></p> <p>Arròs amb salsa de tomata</p> <p>Suprema de lluç al forn amb ceba i patata</p> <p>Fruita</p>
<p><b>DILLUNS 8</b></p> <p>Llenties estofades (guisades amb verdures)</p> <p>Escalopa d'au amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIMARTS 9</b></p> <p>Arròs amb salsa de tomata</p> <p>Suprema de peix a la marinera</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIMECRES 10</b></p> <p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Pit de gall dindi amb salsa i xampinyons</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIJOUS 11</b></p> <p>Macarrons gratinats (sofregit de tomàquet i formatge ratllat)</p> <p>Salsitxes a la planxa amb enciam i pastanaga ratllada</p> <p>logurt</p>	<p><b>DIVENDRES 12</b></p> <p>Sopa de peix amb arròs</p> <p>Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives</p> <p>Fruita</p>
<p><b>DILLUNS 15</b></p> <p>Arròs napolitana (amb sofregit de ceba i tomata)</p> <p>Rombes de peix amb enciam i olives</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIMARTS 16</b></p> <p>Fesolets bullits amb patata</p> <p>Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i tomata</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>DIMECRES 17</b></p> <p>Sopa de pistons</p> <p>Filet d'au amb salsa i patates dau</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIJOUS 18</b></p> <p>Verdura al vapor (patata, pastanaga i mongeta tendra)</p> <p>Pollastre al forn amb bresa</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIVENDRES 19</b></p> <p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p>
<p><b>DILLUNS 22</b></p> <p>Espirals amb tomàquet i formatge ratllat</p> <p>Croquetes casolanes amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIMARTS 23</b></p> <p>Cigrons bullits amb patata</p> <p>Mandonguilles de vedella a la jardineria</p> <p>logurt de maduixa</p>	<p><b>DIMECRES 24</b></p> <p>Crema de verdures amb rostes</p> <p>Cuixetes de pollastre al forn amb patates dau</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIJOUS 25</b></p> <p>Arròs amb salsa de tomata</p> <p>Truita de carbassó i patata amb enciam i tomata</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIVENDRES 26</b></p> <p>Tallarines amb tomata i tonyina</p> <p>Rodella de lluç a la romana amb enciam i olives</p> <p>Postres especials</p>
<p><b>DILLUNS 29</b></p> <p>Panató de verdures (patata, mongeta verda i pastanaga)</p> <p>Pit d'au amb samfaina (albergínia, pebrot, ceba, tomata i carbassó)</p> <p>Fruita</p>	<p><b>DIMARTS 30</b></p> <p>Macarrons gratinats (sofregit de tomàquet i formatge ratllat)</p> <p>Rombes de peix amb enciam i pastanaga ratllada</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>DIMECRES 31</b></p> <p>Crema de pastanaga amb rostes</p> <p>Hamburguesa de vedella amb enciam i olives</p> <p>Fruita</p>		

# MENÚ TRITURAT MARÇ 2010

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
Carbassó, ceba i patata	Ensaladilla calenta (patata, mongeta tendra, pastanaga i pèsol)	Cigrons bullits amb patata	Panató de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)	Mongeta tendra amb patata
Hamburguesa de vedella a la planxa	Truita a la francesa	Pernilets de pollastre rostits	Pit de gall dindi a la planxa	Suprema de lluç al forn
Fruita	logurt	Fruita	Fruita	Fruita
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Llentilles bullides amb patates	Pastanaga, ceba i patata	Mongeta verda amb patata	Minestra de verdura (patata, pastanaga, pèsol i mongeta tendra)	Verdura al vapor (mongeta verda, patata i pastanaga)
Escalopa de pollastre a la planxa	Bistec de vedella	Pit de gall dindi a la planxa	Truita a la francesa	Filet de lluç a la planxa
Fruita	Fruita	Fruita	logurt	Fruita
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Patata, pastanaga i pèsols	Fesolets bullits amb patata	Pastanaga, patata i ceba	Verdura al vapor (patata, pastanaga i mongeta tendra)	Carbassó, ceba i patata
Suprema de peix a la planxa	Pit de gall dindi a la planxa	Bistec de vedella a la planxa	Pollastre al forn	Truita a la francesa
Fruita	logurt	Fruita	Fruita	Fruita
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Pastanaga, ceba i pastanaga	Cigrons bullits amb patata	Patata, bleda i pastanaga	Ensaladilla calenta (patata, mongeta tendra, pastanaga i pèsol)	Mongeta verda amb patata
Pit de gall dindi a la planxa	Bistec de vedella a la planxa	Cuixetes de pollastre al forn	Truita a la francesa	Lluç a la planxa
Fruita	logurt	Fruita	Fruita	Fruita
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31		
Panató de verdures (patata, mongeta verda i pastanaga)	Carbassó, patata i ceba	Patata, ceba i pastanaga		
Pit d'au a la planxa	Filet de peix a la planxa	Hamburguesa de vedella a la planxa		
Fruita	logurt	Fruita		