

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

☐

☐

☐

☐

☐ 1

LLENTIES GUISADES

TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA

FRUITA DE TEMPORADA

☐ 4

☐ 5

☐ 5

☐ 7

☐ 8

MACARRONS BOLONYESA (TOMÀQUET NATURAL I CARN PICADA)

MINESTRA DE VERDURES

SOPA DE BROU AMB PASTA

CIGRONS GUISATS AMB BLEDES

CREMA DE CARBASSÓ

LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO

BISTEC DE CUIXA DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES

ESCALOPA D'AU ARREBOSADA AMB PATATES XIPS

TRUITA DE TONYINA AMB ENCIAM I TOMÀQUET AMANIT

PAELLA VALENCIANA (AMB MONGETA I POLLASTRE)

IOGURT

FRUITA DE TEMPORADA

IOGURT DE COOPERATIVA

FRUITA DE TEMPORADA

FRUITA DE TEMPORADA

☐ 11

☐ 12

☐ 13

☐ 14

☐ 15

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA

PATATES GUISADES AMB SÍPIA

MONGETES BLANQUES ESTOFADES

VERDURA TRES COLORS (MONGETA, PASTANAGA I PATATA)

ARRÒS AMB TOMÀQUET

CROQUETES D'AU AMB ENCIAM I PASTANAGA

TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMB ENCIAM I TOMÀQUET AMANIT

BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

POLLASTRE ROSTIT AMB BRESA (CEBA, TOMÀQUET, ALL I LLORER) I AMANIDA

LIMANDA AL FORN AMB VERDURES

FRUITA DE TEMPORADA

IOGURT NATURAL

FRUITA DE TEMPORADA

IOGURT

FRUITA DE TEMPORADA

☐ 18

☐ 19

☐ 20

☐ 21

☐ 22

LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PASTANAGA, CEBA I PATATA)

MONGETES TENDRES AMB PATATES

ARRÒS MILANESA AMB VERDURES I CARN

CREMA DE CARBASSA NATURAL

SOPA DE PISTONS

CALAMARS A LA ROMANA AMB ENCIAM I ESPÀRRECS

POLLASTRE AMB ALLADA AMB ENCIAM I PEBROT VERMELL

LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES

ESPAGUETIS AMB CIGRONS I CARBASSÓ (PLAT PROPOSAT PER L'ADA PARELLADA)

MANDONGUILLES DE VEDELLA A LA JARDINERA (PÈSOLS, PASTANAGA I XAMPINYONS)

PRÉSSEC EN ALMÍVAR

FRUITA DE TEMPORADA

IOGURT

FRUITA DE TEMPORADA

FRUITA DE TEMPORADA

☐ 25

☐ 26

☐ 27

☐ 28

☐ 29

FIDEUS A LA CASSOLA

CREMA DE VERDURES

ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA

TALLARINES AMB VERDURES

CIGRONS BULLITS AMB PATATA

BUNYOLS DE BACALLÀ AMB ENCIAM I COGOMBRE

BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES AMB PATATES DAU

TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES

HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM I ESPÀRRECS

IOGURT DE COOPERATIVA

FRUITA DE TEMPORADA

FRUITA DE TEMPORADA

FLAM DE VAINILLA AMB CAMEL

FRUITA DE TEMPORADA

Menú assessorat per Ada Parellada





La Recepta de l'Ada Parellada: Espaguetis amb cigrons i carbassó



Ingredients (per a 4 persones)

250 g d'espaguetis
250 g de cigrons cuits
2 carbassons
200 g de salsa de tomàquet

Orenga
Formatge ratllat
Opcional: daus de tomàquet fresc
o uns tomàquets xerri

Descripció

En una paella, coem els carbassons tallats a dauets, amb un raig d'oli i un pessic de sal. Quan sigui fets, afegim els cigrons, donem un parell de voltes i ho cobrim amb salsa de tomàquet. Bullim els espaguetis en abundant aigua amb sal. Els escorrem i els afegim als carbassons amb cigrons i salsa de tomàquet. Donem un parell de voltes, per integrar tots els ingredients, acabem amb orenga i formatge ratllat. Si en tenim, afegim uns daus de tomàquet fresc o uns tomàquets xerri.