

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 VACANCES D'ESTIU	2 VACANCES D'ESTIU	3 VACANCES D'ESTIU	4 VACANCES D'ESTIU
7 VACANCES D'ESTIU	8 Arròs amb tomàquet Trita francesa amb enciam, brots verds i pastanaga Fruita del temps	9 Mongeta tendra amb patata Contracuixa de pollastre amb amanida de tomàquet logurt	10 Crema de verdures Amanida de lleties Fruita del temps	11 FESTIU
14 Arròs amb verdures al estil mediterrani Lluç al forn amb enciam i tomàquet Fruita del temps	15 Menestra de verdures Trita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	16 Sopa de verdures amb arròs Empedrat de cigrons logurt	17 Amanida de pasta integral Croquetes de bacallà amb enciam i pastanaga Fruita del temps	18 Crema de verdures amb crostons de pa Pernilets de pollastre amb salsa de taronja Fruita del temps
21 Pasta integral a la bolonyesa vegetal Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i olives Fruita del temps	22 Mongeta tendra amb patata Contracuixa de pollastre amb enciam i remolatxa Fruita del temps	23 Amanida de lleties Trita de patata amb enciam i cogombre logurt	24 Sopa de verdures amb pasta Hamburguesa de vedella amb amanida i blat de moro Fruita del temps	25 Paella d'arròs Porcions de lluç al forn amb brots verds i pastanaga Fruita del temps
28 Amanida d'arròs Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita del temps	29 Verdura tricolor Pernilets de pollastre rostits amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	30 Crema de verdures Pasta integral a la napolitana logurt		

SABIES QUÈ?



Les **pastanagues** abans eren morades, grogues o blanques!

FEM SERVIR:



Oli d'oliva verge per amanir



Sal ioadada en totes les preparacions

DE TEMPORADA !

Bleda, carbassó, cogombre, enciam

Meló, nectarina, pera, poma, préssec

