

Menú Escolar **FEBRER** Curs 11/12



COL·LEGI LESTONNAC
"L'ENSENYANÇA"
Lleida

DILLUN\$	DIMART\$	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 <i>Cigrons guisats a la catalana (tomata i ou dur)</i> <i>Filet de gall d'indi arrebossat amb amanida d'enciam</i> <i>logurt líquid</i>	2 <i>Arròs a la milanesa (verdures i carn magra)</i> <i>Filet de perca al forn amb salsa de tomata</i> <i>Fruita de temporada</i>	3 <i>Sopa de brou i verdures</i> <i>Hamburguesa de vedella al forn amb albergínia arrebossada i patates Xips</i> <i>Fruita de temporada</i>
6 <i>Mongeta verda i patata</i> <i>Pollastre fregit amb samfaina</i> <i>Fruita de temporada</i>	7 <i>Sopa de brou i verdures</i> <i>Truita de patates al forn amb pernil dolç i amanida d'enciam</i> <i>Fruita de temporada</i>	8 <i>Arròs blanc bullit</i> <i>Rostit de vedella amb pèsols i pastanaga</i> <i>Flam de vainilla</i>	9 <i>Lenties estofades a la riojana (verdures i xoriço)</i> <i>Filet de lluç a la romana fregit amb amanida de tomata i olives farcides</i> <i>Fruita de temporada</i>	10 <i>Macarrons al gust (amb crema de llet o amb tomata i carn)</i> <i>Corder a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada</i> <i>Fruita de temporada</i>
13 <i>Sopa de brou i verdures</i> <i>Llonganissa de porc al forn amb amanida d'enciam i patates amb ketchup</i> <i>Fruita de temporada</i>	14 <i>Cigrons guisats amb espinacs</i> <i>Llom a la planxa amb tomata al forn</i> <i>Fruita de temporada</i>	15 <i>Canelons de carn gratinats</i> <i>Varetes de lluç fregides amb amanida d'enciam</i> <i>logurt ensucrat</i>	16 <i>Purè de verdures (patata, mongeta, carabassó i pastanaga)</i> <i>Mandonguilles a la jardinera (salsa espanyola amb pèsols)</i> <i>Fruita de temporada</i>	17 <i>Arròs amb sípia i gambes</i> <i>Pollastre a l'all i la llimona fregit amb xampinyons</i> <i>pinya</i>
20	21 <i>Arròs blanc bullit</i> <i>Hamburguesa de vedella al forn amb salsa de tomata</i> <i>Fruita de temporada</i>	22 <i>Lenties guisades amb xoriço</i> <i>Pollastre al forn amb herbes provençals i amanida d'enciam</i> <i>logurt líquid</i>	23 <i>Sopa de brou i verdures</i> <i>Llom al forn amb xampinyons</i> <i>Préssec amb almívar</i>	24 <i>Minestra de verdures amb patata</i> <i>Filet de perca arrebossada amb amanida de tomata i olives farcides</i> <i>Fruita de temporada</i>
27 <i>Crema de carabassó, patata i pastanaga amb pa torrat</i> <i>Llom arrebossat amb tomata al forn i patates xips</i> <i>Fruita de temporada</i>	28 <i>Patates estofades amb verdures i costella de corder</i> <i>Salsitxes de pollastre al forn amb carabassó arrebossat</i> <i>Pinya</i>	29 <i>Sopa de brou i verdures</i> <i>Truita de patata al forn amb pernil dolç i amanida de tomata</i> <i>Natilles de crema</i>		

- ☞ Disposem de menú especial per aquells nens/es que portin prescripció mèdica de règim.
- ☞ A l'adreça de correu electrònic menjador@lestonnac-lleida.com donarem resposta als vostres dubtes, suggeriments i consultes
- ☞ Amb l'assessorament de ERIC GRANELL NAVARRO diplomad en DIETÈTICA I NUTRICIÓ HUMANA



i per sopar
recomanem...

FEBRER



COL·LEGI LESTONNAC
"L'ENSENYANÇA"
Lleida

DILLUN\$	DIMART\$	DIMECRES	DIJOU\$	DIVENDRES
		1	2	3
		Torrades d'escalivada amb tonyina o seitó Fruita del temps	Puré de patata amb formatge gratinat Croquetes de pernil amb amanida de tomàquet logurt	Pèsols saltats amb bacó, ceba, xampinyons i crema de llet Truita a la francesa logurt de sabor
6	7	8	9	10
Arròs amb salsa de tomàquet Pit de pollastre a la planxa amb carabassó arrebossat logurt ensucrat	Espaguetis al wok (espaguetis saltats amb ceba, pastanaga, carabassó, bolets i pollastre) logurt natural	Espinacs amb beixamel Llenguado al forn amb ceba, tomàquet Fruita del temps	Sopa d'au amb fideus Llonganissa amb amanida de pebrot vermell logurt natural	Ensaladilla russa Llom a la planxa amb patates fregides logurt ensucrat
13	14	15	16	17
Arròs saltat amb bolets Broquetes de carn amb verdures logurt líquid	Patates farcides amb espinacs Lluç amb ceba i tomàquet al forn logurt	Puré de verdura (mongeta verda i patata) Albergínia farcida de pebrot verd i pollastre logurt natural	Macarrons amb salsa de tomata i tonyina Calamars a la romana amb enciam logurt de sabor	Sopa de lletres Truita de carabassó Fruita de temps
20	21	22	23	24
	Sopa de galet amb pilotes Truita de bolets Fruita del temps	Crema de carabassó Torrades amb tonyina i escalivada Fruita de temporada	Puré de patata amb salsa de quatre formatges Verat al forn amb ceba i tomàquet Fruita del temps	Pizza variada (carabassó, pernil dolç, tonyina, tomàquet i formatge) Flam d'ou
27	28	29		
Sopa de lletres Truita d'espinacs logurt	Arròs amb salsa de tomàquet i ou fregit Rap arrebossat amb guarnició logurt ensucrat	Lasanya d'albergínia, carn de pollastre i ceba logurt		

- ☞ A l'adreça de correu electrònic menjador@lestonnac-lleida.com donarem resposta als vostres dubtes, suggeriments i consultes
- ☞ Amb l'assessorament de ERIC GRANELL NAVARRO diplomad en DIETÈTICA I NUTRICIÓ HUMANA

