



Escola L'estel

SENSE FRUITS SECS, KIWI NI PRÈSSEC



Dilluns 3 Llacets saltats amb verdures i xampinyons Truita de patata i ceba amb amanida (enciam, tomàquet i olives) (*) Fruita del temps permesa	Dimarts 4 Cigrons estofats amb espinacs Hamburguesa mixta (vedella i porc) amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt	Dimecres 5 Mongeta tendra saltada amb pernil Cuixa de pollastre rostida amb patates (*) Fruita del temps permesa	Dijous 6 FESTIU	Divendres 7 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ
Dilluns 10 Sopa de pistons Ous durs amb beixamel gratinats i base de patata (*) Fruita del temps permesa	Dimarts 11 Llenties estofades amb arròs Salsitxes al forn amb salsa de tomàquet (*) Fruita del temps permesa	Dimecres 12 Bròquil amb patata al vapor Estofat de vedella amb xampinyons logurt	Dijous 13 Arròs amb verdures (carbassó i pastanaga) Lluç arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) (*) Fruita del temps permesa	Divendres 14 Espirals a la bolonyesa (carn picada de vedella i porc, tomàquet i formatge) Pollastre al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) (*) Fruita del temps permesa
Dilluns 17 Saltejat de mongeta tendra amb patata (*) Gall d'indi a la planxa amb salsa de ceps (*) Fruita del temps permesa	Dimarts 18 Cigrons estofats amb verdures (porro i pastanaga) Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt	Dimecres 19 Crema de verdures (carbassó i pastanaga) Botifarra de porc amb patates fregides (*) Fruita del temps permesa	Dijous 20 Macarrons a la carbonara (ceba, nata i bacó) Peix fresc segons mercat arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) (*) Fruita del temps permesa	Divendres 21 MENÚ NADAL Sopa de galets amb pilota Pollastre al forn amb panses i prunes i patates xips (*) Postra especial i refresc

NADALS A TAULA!

Pel desembre, desembrot, el pastor deixa les ovelles i se'n va vora del foc.

Ja tenim Nadal a la taula de nou!
 És un bon moment per compartir moments amb la família, llegir, escoltar música... resguardats a la llar.

El Nadal és la celebració per excel·lència, vol dir renèixer per dins i renovar il·lusions.

Afortunat és el mes de desembre, que entra amb llardons i surt amb torrons.

Les celebracions de Nadal tenen un fort component gastronòmic: són moments de trobada al voltant d'una taula davant deliciosos plats casolans que poques vegades es produeixen durant tot l'any.

Tota la família es reuneix en aquests dies per gaudir d'un bon àpat, generalment abundant, en el qual no pot faltar l'escudella, la carn d'olla, pollastre rostit, neules, torrons, vi i cava.

A més, no són rares les sobretauls del dia de Nadal que es perllonguen fins al sopar.

Bon Nadal i bon profit!!!

