Juliol

campos estela

BASAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Espaguetis amb salsa de carbassa i poma Pollastre al forn amb enciam i pastanaga rallada Pa integral Iogurt	**2** Amanida russa amb ou dur Lluç a la planxa amb enciam i olives Pa integral Fruita	**3** Crema de carbassó Arròs a la cassola amb carn d'au Pa integral Fruita	**4** Patata i mongeta Gall dindi estofat amb verdures Pa integral Fruita
7 Arròs integral amb tomàquet Bacallà al forn amb verdures amb enciam i pipes Pa integral Fruita	**8** Cigrons estofats amb hortalisses i patata Pa integral Fruita àcida	**9** Amanida de patata Pollastre al forn amb ceba i pebrot amb enciam i cogombre Pa integral Fruita	**10** Crema de verdures de temporada Pasta integral amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita	**11** Patata i bròcoli Truita francesa amb enciam i tomàquet Pa integral Iogurt
14 Macarrons integrals amb salsa pipesto d'alfàbrega i pipes triturades Lluç al forn amb ceba i tomàquet, amanida d'enciam i blat Pa integral i Fruita	**15** Patata i mongeta tendra Pollastre de Pinós al forn amb herbes provençals, enciam i tomàquet Pa integral i iogurt	**16** Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó i amanida Pa integral Fruita	**17**	**18**
21	**22**	**23**	**24**	**25**
28	**29**	**30**		

SAPS QUE...

Amb l'arribada de la calor, els aliments freds comencen a guanyar protagonisme en el menú dels infants. Un altra forma d'oferir fruita de forma diferent a casa és a través dels gelats de fruita. Amb un motllo, llet o beguda vegetal i fruita de temporada, els infants podran gaudir d'un snack refrescant i nutritiu.