




**PROPOSTA SOPARS OPCIONALS - ABRIL 2017**

**ESCOLA RIUS I TAULET**



DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
Timbal de quinoa amb verdures	Puré de porros i carbassó	Flam de verdures	Minestra de verdures	Pizza casolana 4 estacions amb verdures fresques i mozzarella
Hummus amb palets de pa i tomàquet amanit	Hamburguesa de peix blau amb enciam i tomàquet amanit	Roll de peix blanc amb palets de verdures i sèsam torrat	Pit de gall dindi a la planxa amb tomàquet i cogombre amanit	
Fruita del temps	Fruita del temps	Mel i mató amb fruits secs	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14



DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
<b>FESTIU</b> 	Duo de cremes de carbassa i carbassó	Crema de verdures de temporada	Sopa minestrone amb arròs	Empanada casolana amb tonyina i xamfaina
	Pa de llavors amb enciam, tomàquet i formatge fresc i gall dindi	Peix blanc al vapor amb patates i enciam de colors	Broqueta de peix blanc amb marisc i sèsam torrat	
	Fruita del temps	Iogurt de La Fageda	Fruita del temps	Broqueta de fruites
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
Alvocats farcits amb tonyina, tomaquet i ou dur	"Tallarines" de mongeta tendra amb oli d'oliva	Trinxat de col amb patates amb alls tendres	Puré de verdures de temporada	Patata farcida amb verdures, tonyina i mozzarella, amb llit d'enciam trinxat
Hummus de lleties vermelles amb torradetes	Hamburguesa vegetal amb enciam i tomàquet amanit	Broqueta de pollastre amb verdures i enciam amb tomàquet trinxat	Peix al forn amb llit de ceba i patates	
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Pastís casolà de poma

El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presenten al·lèrgies.