



La Mariona<sup>SL</sup>

Menjador d'Escola

www.lamariona.cat  
B67281675

\*La cuina es reserva el dret de modificar algun àpat si així ho considera necessari

\*\*Menús supervisats per Núria Duran Martí Col·legiada Codinucats (Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya) num CAT000833

## Menú musulmà

### Dilluns 1



### Dimarts 2

- Arròs tres delícies
- Peix amb tomàquet i ravenets amanits
- Fruita del temps

### Dimecres 3

- Espinacs amb cigrons
- Truita de formatge i amanida
- Fruita del temps

### Dijous 4

- Crema de verdures de temporada
- Peix al forn amb ceba, tomàquet i pastanaga
- Iogurt

### Divendres 5

- Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ratllat
- Peix fregit i amanida d'enciams i olives
- Fruita del temps

### Dilluns 8

- Crema de carbassó
- Salmó al forn i pastanaga ratllada
- Fruita del temps

### Dimarts 9

- pasta amb formatge ratllat
- Peix amb ceba i tomàquet
- Fruita del temps

### Dimecres 10

- Pèsols saltats amb ceba
- Bunyols de bacallà amb enciam, poma i panses
- Fruita del temps

### Dijous 11

- Amanida de cuscús amb xerris i pastanaga
- Peix a la planxa
- Iogurt

### Divendres 12

- Amanida russa
- Remenat d'espàrrecs i tomàquet amanit
- Fruita del temps

### Dilluns 15

- Amanida grega (tomàquet, cogombre, formatge, olives i orenga)
- Llenties estofades
- Fruita del temps

### Dimarts 16

- Pasta
- Peix a la planxa i variat d'enciams
- Fruita del temps

### Dimecres 17

- Vichyssoise
- Sípia guisada amb patates
- Fruita del temps

### Dijous 18

- Espirals amb salsa de formatge
- Truita de gambes i enciam
- Iogurt

### Divendres 19

- Empedrat
- Peix al forn amb carbassó
- Fruita dels temps

### Dilluns 22

- Crema de carbassó amb iogurt
- Peix amb patates xips
- Fruita del temps

### Dimarts 23

- Cigrons guisats amb verdures
- Remenat de bolets
- Fruita del temps

### Dimecres 24

- Arròs amb tomàquet
- Salmó amb samfaina
- Fruita del temps

### Dijous 25

- Amanida de mesclum amb tomàquet, formatge i nous
- Espirals de llenties amb salsa de tomàquet
- Gelat

### Divendres 26

- Arròs amb tomàquet
- Lluç al forn amb ceba i pèsols
- Fruita del temps

### Dilluns 29



### Dimarts 30

- Crema de verdures i mongeta seca
- Peix guisat amb pastanaga
- Fruita del temps

### Dimecres 31

- Amanida de patata (tomàquet, ceba tendra i olives)
- Truita a la francesa amb tires d'albergínia al forn
- Fruita del temps

\*Tots els àpats els acompanyem amb pa integral

# MAIG

## CURS 2022/2023

