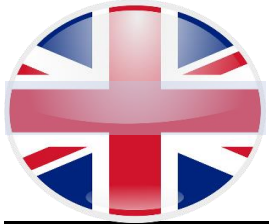




Cooking contest for small chefs

Concurs de Cuina per als petits cuiners



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 FESTA	2 Espaguetí a la napolitana Bacallà arrebossat amb all i julivert Amanida Iogurt	3 Llenties estofades Our dur amb beixamel Amanida Fruïta	4 Paella mixta Filet de Lluç al forn Amanida Fruïta	5 DIA MUNDIAL DE LA CELIAQUIA Amanida d'estiu amb patates Botifarra a la planxa Préssec en almívar
8 Macarrons a la carbonara Abadejo al forn amb samfaina Amanida Iogurt	9 ULTIM DIA DE CONCURS Arròs saltejat amb verdures Llom rostí al forn amb xampinyons Amanida Fruïta	10 Crema de carbassa i pastanaga Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida Fruïta	11 Cigrons estofats Mossos de rosada Amanida Fruïta	12 Sopa d'au Truita de patates amb formatge tendre Amanida Gelats
15 Mongeta tendre perona amb patates Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet Amanida Iogurt	16 Amanida d'estiu amb pasta Pit de pollastre arrebossat Xíps Fruïta	17 Mongetes estofades Truita de carbassó Amanida Fruïta	18 Sopa de peix Salsitxes saltejades amb allada Amanida Fruïta	19 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de Lluç al forn amb verdures Tomàquet provençal Préssec en almívar
22 Espaguetis a la bolonyesa Mossos de rosada Amanida Iogurt	23 Llenties estofades Our dur amb beixamel Amanida Fruïta	24 Amanida russa Rodó de vedella rostí Amanida Fruïta	25 Arros tres delícies Abadejo al forn amb salseta Amanida Fruïta	26 Sopa d'au Pernillets de pollastre al forn Xíps Gelats
29 Macarrons a la napolitana Filet de Lluç al forn amb all i julivert Amanida Iogurt	30 Mongeta tendre rodona amb patates Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida Fruïta	31 Cigrons estofats Truita amb pernil dolç Amanida Fruïta		

En tots els menús s'inclou pa, setmanalment 3 dies integral.

AMANIDES (Pastanaga, enciam, blat de moro, soja, remolatxa, olives segons el dia)

TÈCNICA CULINÀRIA- Riòjana: (ceba, all, porro, tomàquet, pebre vermell dolç, brou de carn, costelles) A la cassola: sofregit de verdura i costella)

Salsa Napolitana: Sofregit de verdures i tomàquet / Samfaina: (Oli, ceba, pebrot vermell, pebrot verd, tomàquet fregit i all mòlt) / Salsa Bolonyesa: (Sofregit de verdures, tomàquet i carn picada) / Salsa jardiner: (Brou de carn, Sofregit de ceba, pebrot vermell i verd, tomàquet, patates, ceba i pastanaga) Salsa carbonara: (Llet, ceba, farina, sal, all i brou de pollastre)

FRUITA DEL TEMPS (SM: Taronja, poma, plàtan, kiwi, pera, raïm, mandarina...)