



ESCOLA MARE DE DÉU DE LA SOLEDAT SALESIANES SANT ANDREU

SENSE FRUITS SECS



Divendres 1
 Llacets a la carbonara (nata, ceba i bacó)
 Lluç al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 Fruita del temps

Dilluns 4
 Pèsols saltats amb ceba
 (*) Gall dindi al forn amb xampinyons
 Fruita del temps

Dimarts 5
 Escudella
 Truita de patata i ceba amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
 logurt

Dimecres 6
 Coliflor amb patata
 Llom arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i cogombre)
 Fruita del temps

Dijous 7
 (*) Panini amb tomàquet i tonyina
 Limanda a la marinera
 Fruita del temps

Divendres 8
 Arròs amb verdures
 Pollastre al xilindró
 Fruita del temps

Dilluns 11
 Mongeta tendra amb patata
 Estofat de porc
 Fruita del temps

Dimarts 12
 Cigrons estofats amb verdures (porro i pastanaga)
 Truita de carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
 logurt

Dimecres 13
 Paella de carn
 Lluç arrebossat amb verdures saltades variades
 Fruita del temps

Dijous 14
 Crema de carbassa
 Pollastre al forn amb amanida (enciam, pastanaga i cogombre)
 Fruita del temps

Divendres 15
 Espirals marcians (beixamel d'espinacs)
 Hamburguesa de vedella amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 Fruita del temps

Dilluns 18
 Sopa de peix
 Estofat de vedella
 Fruita del temps

Dimarts 19
 Arròs tres delícies (gall dindi, pèsols, pastanaga i blat de moro)
 Bacallà amb tomàquet i amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
 logurt

Dimecres 20
 Crema de verdures (carbassó i pastanaga)
 Cap de llom rostit amb bolets
 Fruita del temps

Dijous 21
 Macarrons bolonyesa (carn picada mixta de porc i vedella, tomàquet i formatge)
 Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 Fruita del temps

Divendres 22
 Llenties estofades amb arròs
 Pollastre a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 Fruita del temps

Dilluns 25
 Cuscús saltat amb verdures (carbassó, pastanaga i ceba)
 (*) Llom arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i cogombre)
 Fruita del temps

Dimarts 26
 Bròquil amb patates
 Estofat de gall dindi
 logurt

Dimecres 27
 Cigrons amb espinacs
 Mandonguilles amb tomàquet
 Fruita del temps

Dijous 28
DIJOURS GRAS
 Sopa de pasta
 Truita francesa amb botifarra d'ou
 Fruita del temps



Qui sembra al febrer, collita té.

El febrer és sempre un bon mes per a les verdures, com tots els mesos d'hivern. Els cítrics a principis d'any estan en el seu millor moment i ja podem començar a gaudir de les primeres maduixes.

Els pescadors es prenen temps per fer xarxes noves i reparar tots els seus utensilis. A la peixateria, és hora de demanar llenguado, ja que s'inicia la seva temporada.

Sol de febrer mai dura un dia sencer. Al camp, hi ha poca feina i s'aprofita el temps portant els fems i adobant. Es prepara el camp per les sèmbrs de primavera.

Pel febrer neix el bon corder i cal fer les tries de les ovelles.

El Dijous, conegut popularment, com a Dijous Gras, és el punt de partida tradicional per a celebracions de carnestoltes arreu del país.

En aquest dia, és habitual celebrar menjars familiars on els protagonistes són tota mena de plats que combinen els ous i la carn.

I per a Sant Valentí, l'ametller a florir.