



ESCOLA MARE DE DÉU DE LA SOLEDAT
SALESIANES SANT ANDREU

SENSE LACTOSA



Divendres 1
(*) Llacets a la napolitana (verdures i tomàquet)
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 sense lactosa

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 sense lactosa

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

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

Divendres 15
(*) Espirals amb tomàquet i tonyina
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 (pèsols, pastanaga i blat de moro)
Bacallà amb tomàquet i amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
(*) logurt sense lactosa

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

Dijous 21
(*) Macarrons bolonyesa (carn picada mixta de porc i vedella, tomàquet) (sense 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 sense lactosa

Dimecres 27
Cigrons amb espinacs
Mandonguilles amb tomàquet
Fruita del temps

Dijous 28
DIJOURS GRAS
Sopa de pasta
(*) Truita francesa amb amanida
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.