



# ESCOLA MARE DE DÉU DE LA SOLEDAT SALESIANES SANT ANDREU

## SENSE LLET, FORMATGE NI TARONJA



**Divendres 1**  
 (\*) Llacets a la napolitana (verdures i tomàquet)  
 Lluç al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)  
 (\*) Fruita del temps permesa

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

**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 permesa

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

**Divendres 8**  
 Arròs amb verdures  
 Pollastre al xilindrón  
 (\*) Fruita del temps permesa

**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.

**Dilluns 11**  
 Mongeta tendra amb patata  
 Estofat de porc  
 (\*) Fruita del temps permesa

**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 permesa

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

**Divendres 15**  
 (\*) Espirals amb tomàquet i tonyina  
 Hamburguesa de vedella amb amanida (enciam, tomàquet i olives)  
 (\*) Fruita del temps permesa

**Dilluns 18**  
 Sopa de peix  
 Estofat de vedella  
 (\*) Fruita del temps permesa

**Dimarts 19**  
 Arròs tres delícies (gall d'indi, 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)(sense llet)  
 Cap de llom rostit amb bolets  
 (\*) Fruita del temps permesa

**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 permesa

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

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

**Dimarts 26**  
 Bròquil amb patates  
 Estofat de gall dindi logurt

**Dimecres 27**  
 Cigrons amb espinacs  
 Mandonguilles amb tomàquet  
 (\*) Fruita del temps permesa

**Dijous 28**  
**DIJOUS GRAS**  
 Sopa de pasta  
 Truita francesa amb botifarra d'ou  
 (\*) Fruita del temps permesa

