



ESCOLA MARE DE DÉU DE LA SOLEDAT SALESIANES SANT ANDREU

SENSE OU, FRUITS SECS, PINYA NI PRÈSSEC



Divendres 1

(*) Pasta sense ou a la carbonara (nata, ceba i bacó)
Lluç al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(*) Fruita del temps permesa

Divendres 8

Arròs amb verdures
Pollastre al xilindró
(*) Fruita del temps permesa

Divendres 15

(*) Pasta sense ou marçiana (beixamel d'espínacs)
Hamburguesa de vedella 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 4
Pèsols saltats amb ceba
(*) Gall dindi al forn amb xampinyons
(*) Fruita del temps permesa

Dimarts 5
(*) Escudella (pasta sense ou)
(*) Salsitxes de pollastre amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt

Dimecres 6
Coliflor amb patata
(*) Llom arrebossat (sense ou) 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

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

Dimarts 12
(*) Puré de carbassó
Cigrons estofats amb verdures (porro i pastanaga) logurt

Dimecres 13
Paella de carn
(*) Lluç arrebossat (sense ou) amb verdures saltades variades
(*) Fruita del temps permesa

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

Dilluns 18
(*) Sopa de peix (pasta sense ou)
Estofat de vedella
(*) Fruita del temps permesa

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 permesa

Dijous 21
(*) Pasta sense ou bolonyesa (carn picada mixta de porc i vedella, tomàquet) (sense formatge)
(*) Gall d'indi a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(*) Fruita del temps permesa

Dilluns 25
(*) Pasta sense ou saltada amb verdures (carbassó, pastanaga i ceba)
(*) Llom arrebossat (sense ou) amb amanida (enciam, pastanaga i cogombre)
(*) Fruita del temps permesa

Dimarts 26
Bròquil amb patates
Estofat de gall dindi logurt

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

Dijous 28
DIJOURS GRAS
(*) Sopa de pasta sense ou
(*) Pollastre al forn amb verdures saltades
(*) Fruita del temps


endermar
ENDER CONSELL
FEBRER
2019

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.