

### CARNESTOLTES

El febrer, passa'l a prop del braser. Abridat bé, perquè encara estem al cor de l'hivern.

El dijous, conegut popularment com a dijous gras o llarder, precedeix al carnestoltes i en algunes localitats s'acostuma a fer un menjar especial commemoratiu on és costum la botifarra d'ou. Aquest 2020, serà el 20 de febrer.

En aquest mes s'inicien algunes labors agràries, al camp hi ha poca feina però cal preparar la terra per a la sembra de primavera.

Qui sembra al febrer, collita té.

Els cítrics, a l'inici de l'any, estan en el seu millor moment i ja pots començar a gaudir de les primeres maduixes, que ens anuncien l'arribada, encara tímida, del bon temps.

També és un bon mes per a les verdures. El que menja verdura té la vida segura.

La primavera comença a despertar-se i els animals estabulats tenen ganes d'eixir a pasturar herba fresca. I per Sant Valentí, l'ametller a florir.



# ESCOLA MARE DE DÉU DE LA SOLETAT DE SANT ANDREU SENSE FRUITS SECS



<b>Dilluns 3</b> Llenties amb arròs Truita de formatge amb amanida (enciam i <b>pebrot escalivat</b> ) Fruita del temps <b>cítrica</b>	<b>Dimarts 4</b> Crema de carbassa Llom adobat a la planxa amb patates fregides Fruita del temps	<b>Dimecres 5</b> Sopa de picadillo (arròs, ou dur i pernil) (*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i tomàquet)(sense pipes de girasol) Fruita del temps	<b>Dijous 6</b> Macarrons a la carbonara (nata, ceba i xampinyons) (*) Peix <b>fresc segons mercat</b> a la marinera especial amb pèsols logurt	<b>Divendres 7</b> Mongeta verda amb patata Botifarra d'au al forn amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) <b>Pinya a la planxa amb canyella</b>
<b>Dilluns 10</b> Patates estofades amb hortalisses (porro i pastanaga) (*) Lluç arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	<b>Dimarts 11</b> Puré de carbassó Mandonguilles mixtes amb sofregit de tomàquet i timbal d'arròs Fruita del temps	<b>Dimecres 12</b> (*) Fideuà marinera especial Truita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	<b>Dijous 13</b> Arròs a la cassola amb verdures (mongeta verda, pèsols i pastanaga) Perca al forn amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) logurt	<b>Divendres 14</b> Cigrons estofats amb xoriço Pollastre a la farigola al forn amb albergínia i carbassó al forn Fruita del temps
<b>Dilluns 17</b> (*) Crema de verdures de temporada (sense crostons) (*) Salsitxes d'au a la planxa amb patates Fruita del temps	<b>Dimarts 18</b> Risotto de xampinyons Ragú de vedella (estofada amb pèsols i pastanaga) Fruita del temps	<b>Dimecres 19</b> Llenties estofades amb verdures (carbassó i pastanaga) Gall dindi al xilindrón (ceba i pebrots) amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps <b>cítrica</b>	<b>Dijous 20</b> <b>DIJOUS GRAS</b> Sopa de fideus (*) Truita francesa amb <b>botifarra d'ou</b> i amanida (enciam i tomàquet)(sense pipes de girasol) Fruita del temps	<b>Divendres 21</b> <b>CARNAVAL</b> Espaguetis a la bolonyesa (carn picada mixta de porc i vedella, tomàquet i formatge) Lluç arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives) <b>Natilla de xocolata</b>
<b>Dilluns 24</b> <b>FESTIU</b>	<b>Dimarts 25</b> Crema de pastanaga Llom rostit amb ceba confitada i cuscús saltat Fruita del temps	<b>Dimecres 26</b> <b>DIMECRES DE CENDRA</b> Sopa de peix amb arròs Truita de patata amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps	<b>Dijous 27</b> Cigrons estofats amb verdures Pollastre al forn amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) logurt	<b>Divendres 28</b> Macarrons amb sofregit de tomàquet i formatge Salmó al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps