

FEBRER

BASAL

campos estela

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2 MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET I FORMATGE
RALLAT

MAGRA ROSTIDA AMB
POMA

ENCIAM I BLAT
PA INTEGRAL
FRUITA

3 MONGETA I PATATA

ARRÒS A LA CASSOLA
AMB CARN D'AU

PA INTEGRAL
FRUITA

4 CREMA DE CARBASSA I
MONIATO

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I PASTANAGA

PA
FRUITA

5 CIGRONS ESTOFATS
AMB HORTALISSES

SALMÓ AL FORN AMB
VERDURETES

PA INTEGRAL
FRUITA ÀCIDA

6 BROU D'AU I PASTA

ALETES DE POLLASTRE
ROSTIDES

PATATES DELUXE

PA
IOGURT

9 LLENTIES ESTOFADES
AMB HORTALISSES

POLLASTRE A LA
FARIGOLA

ENCIAM I PIPES

PA
FRUITA ÀCIDA

10 PASTA AMB Salsa DE
CARBASSA I POMA

LLUÇ ARREBOSSAT

ENCIAM I XERRIS

PA INTEGRAL
FRUITA

11 CREMA DE VERDURES

LASSANYA VEGETAL

PA INTEGRAL
FRUITA

12 ARRÒS AMB TOMÀQUET

TRUITA FRANCESA

ENCIAM I PASTANAGA

PA INTEGRAL
FRUITA

13 PATATA I PÈSOLS AL
VAPOR

GALL D'INDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA
IOGURT

16

FESTA

17 BROU VEGETAL AMB
PASTA

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES

PA
FRUITA

18 ARRÒS AMB Salsa DE
VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
Salsa DE PORRO

ENCIAM I XERRIS

PA INTEGRAL
FRUITA

19 CREMA DE CARBASSA

HAMBURGUESA
VEGETAL

ENCIAM I
PASTANAGA

PA
IOGURT

20 CIGRONS ESTOFATS
AMB HORTALISSES

POLLASTRE AL FORN
AMB MONIATO I PIPES

ENCIAM I PIPES

PA INTEGRAL
FRUITA

23 MONGETA I PATATA
BULLIDA

PASTA INTEGRAL
AMB BOLONYESA
VEGETAL

PA
FRUITA

24 ARRÒS TRES DELÍCIES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I BLAT

PA INTEGRAL
FRUITA

25 CREMA DE PÈSOLS

POLLASTRE AL FORN
AMB Ceba I POMA

ENCIAM I
PASTANAGA

PA
IOGURT

26 TALLARINS YAKISOBA

TRUITA DE
CARBASSÓ

ENCIAM I XERRIS

PA INTEGRAL
FRUITA

27 MONGETES
ESTOFADES AMB
HORTALISSES

HAMBURGUESA
VEDELLA

ENCIAM I OLIVES

PA INTEGRAL
FRUITA ÀCIDA

S1

S2

S3

S4



PASTA AMB PESTO DE PIPES I ALFÀBREGA

La nostra recepta de pesto amb alfàbrega fresca, oli d'oliva, formatge i pipes és ideal per acompanyar els plats de pasta. Us animeu a preparar-la? No us perdeu el pas a pas al nostre blog!