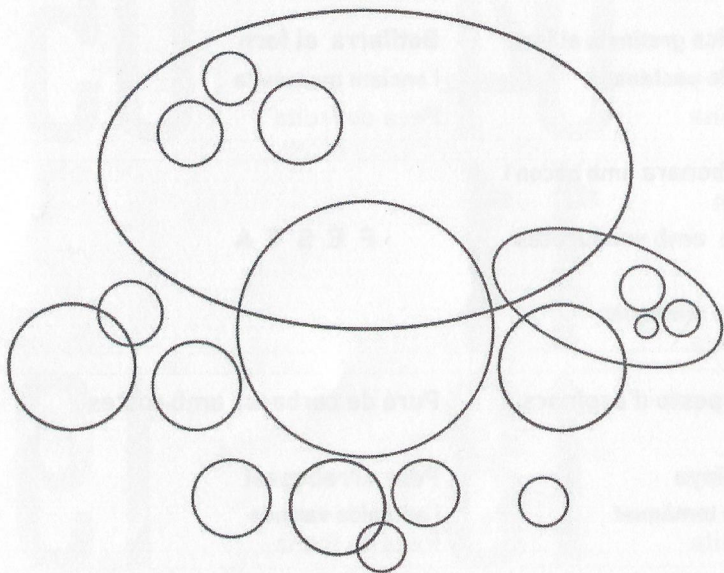


# 2018 menú **octubre**

Solució a l'endevinalla: LES CASTANYES

## Proposta de sopars a casa

**tresmes**  
ecoactiva  
www.tresmes.com



Pinta'm !!!!

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
Crema de carbassó Brotxetes de gall d'indi puré de patates logurt	Sopa de galets Truita de patates amanida logurt	Mill amb verdures Salsitxes amb amanida Peça de fruita	Arròs amb verdures Peix blau a la planxa tomàquet amanit logurt	Amanida verda Fajites amb pollastre, pebrot vermell i verd i ceba logurt
Arròs amb tomàquet Sèpia amb all i julivert saltejat de verdures logurt	Crema de pèsols Llom a la planxa amanida logurt	Quinoa amb verdures Brotxeta de pollastre amanida Peça de fruita	Tomàquet amanit amb formatge fresc Pizza de tonyina logurt	<b>FESTA</b>
Bledes amb patata Mandonguilles amb tomàquet tomàquet amanit logurt	Sopa de pistons Gall d'indi al forn a a les fines herbes Pisto de verdures Peça de fruita	Arròs amb xampinyons Peix al forn amanida logurt	Torrada amb escalivada i formatge de cabra gratinat Pollastre amb ceba al forn amanida logurt	Hummus amb bastonets de pastanaga i cogombre Truita de patates i ceba dolça logurt
Espirals amb gambetes, xampinyons i crema de Pollastre a la planxa tomàquet amanit logurt	Sopa de lletres Peixet fregit verdures saltejades logurt	Bròquil amb patata Truita de formatge i orenga amb pa amb tomàquet Peça de fruita	Cuscús amb verdures Peix al forn bastonets de pastanaga logurt	Crema de porro Pizza de pernil dolç verdures al wok logurt
Coliflor gratinada Truita de moniato i ceba amanida logurt	Sopa minestrone Pinxos de gall d'indi amb pa amb tomàquet logurt	Macarrons amb tomàquet Peix al forn amanida logurt		

