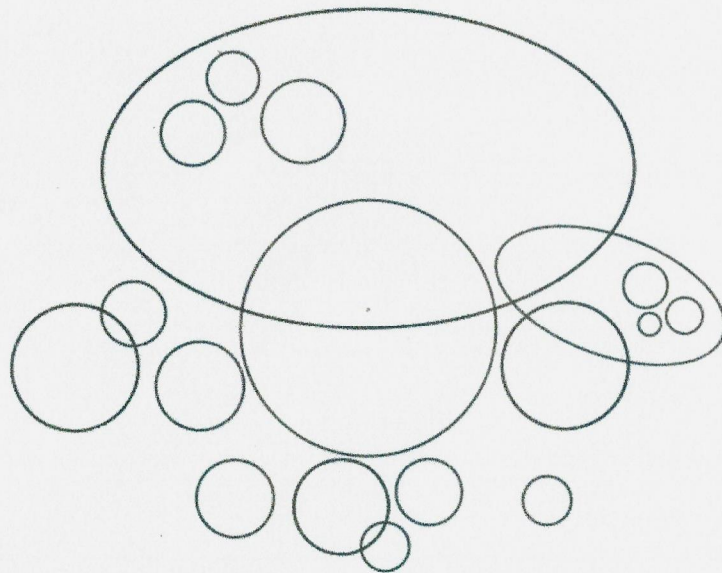


2019 menú **octubre**

Solució a l'endevinalla: LA COL

Proposta de sopars a casa

tresmes
ecoactiva
www.tresmes.com



Pinta'm !!!!

	dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
	Cuscús amb salsa de tomàquet Peix blau al forn i amanida <i>logurt</i>		Mongeta verda amb patata Pollastre a curri i amanida <i>logurt</i>	Sopa de galets Truita de patates i ceba i tomàquet amanit <i>logurt</i>	Amanida verda Pizza de pernil dolç i xampinyons <i>Peça de fruita</i>
Arròs amb xampinyons Truita francesa i tomàquet amanit <i>logurt</i>	Coliflor amb beixamel i gratinada Llom a la planxa i saltejat de verdures <i>Peça de fruita</i>	Fideus xinesos amb verdures i soja Peix blau a la planxa i amanida <i>logurt</i>	Crema de pèsols Aletes de pollastre al forn i bastonets de pastanaga <i>logurt</i>	Vichyssoise Biquini <i>logurt</i>	
Sopa d'arròs Pollastre amb moniato al forn i pastanaga crua <i>logurt</i>	Crema de pastanaga Peix blanc amb samfaina <i>logurt</i>	Quinoa amb verdures Truita de carbassó i amanida <i>Peça de fruita</i>	Bròquil amb patata Gall d'indi amb ceba al forn i amanida <i>logurt</i>	Entrepà d'hamburguesa de vedella amb enciam, tomàquet i formatge <i>logurt</i>	
Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba Conill al forn <i>logurt</i>	Torrada amb escalivada i formatge gratinat Peix a la planxa i amanida <i>logurt</i>	Espirals amb gambetes, xampinyons i crema de formatge Truita francesa <i>logurt</i>	Bròquil amb patata Salsitxes ala planxa <i>Peça de fruita</i>	Pizza de pernil dolç Tomàquet i mozzarella <i>logurt</i>	
Sopa de fideus Peix al forn amb llit de carbassó <i>logurt</i>	Col amb patata Pollastre al forn amb herbes provençals i amanida <i>Peça de fruita</i>	Arròs tres delícies Truita de formatge i verdures saltejades <i>logurt</i>	Albergínies farcides de tonyina Moniato fregit amb bolets saltejats <i>Panelllets i castanyes</i>		

