



alimenta la teva vida solidàriament
alimenta tu vida solidariamente
enrich your life by helping others



Menú Febrer 2018

"La gastronomia del Carnestoltes s'associa amb productes d'alt component calòric i proteínic: la coca de llardons, els llardons en si, els ous, la sardina, l'arengada, el bacallà salat i la botifarra d'ou. El dijous gras, popularment conegut com a dia de la truita, és típic menjar ou, sobretot en forma de truita en totes les seves versions: truita d'ous, de patata, de botifarra o fins i tot de botifarra d'ou."

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1	2
			Llenties amb pernil (carbassó, pastanaga, ceba, tomàquet i pernil) Truita d'espínacs i patata casolana amb amanida (cogombre i olives) Fruita de temporada	Penne rigate amb tomàquet Peix fresc de la llotja de Vilanova amb carbassó a la graella. Fruita de temporada
5	6	7	8	9
Arròs del delta de l'Ebre al forn (pebrots, arròs, brou au, tomàquet, pebre vermell i carn de porc) Bacallà arrebossat amb enciam i tomàquet amanit. Fruita de temporada	Verdures Cal Tudela Ragout de gall dindi (patata, pastanaga, ceba, gall dindi, farigola) Fruita de temporada	Escudella barrejada amb mini galets (brou vedella i au, pastanaga, porro, pasta) Lluç amb salsa marinera amb enciam i olives. logurt	Pèsols a la catalana Truita de pernil dolç i formatge amb amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada	Crema de verdures amb costrons (pastanaga, porro, bròquil, carbassó) Mandonguilles amb patata dau i samfaina manxega (albergínia, ceba, tomàquet) Fruita de temporada
12	13	14	15	16
	Sopa casolana (brou d'au i vedella amb pasta) Botifarra amb patates xips Fruita de temporada	Llenties ecològiques vegetarianes (carbassó, pastanaga, ceba i tomàquet) Truita de formatge amb amanida (enciam i remolatxa) logurt	Mongetes tendres amb patates amb oli oliva verge Pollastre rostit amb blat de moro i enciam Fruita de temporada	Tortelini amb tomàquet i formatge Lluç arrebossat amb albergínies. Fruita de temporada
19	20	21	22	23
Crema de verdures de temporada (pèsols, mongeta verda, pastanaga, carbassa) amb crostons Truita de patates amb cus cus Macedònia en el seu suc	Paella a la marinera Bacalla al forn amb samfaina i amanida enciam i pastanaga Fruita al natural	Mongetes blanques estofades Pollastre a la catalana (tomàquet, prunes, patata, ceba, canyella i enciam) logurt	Espirals amb pesto Lluç amb suquet de patates Fruita de temporada	Sopa casolana (brou d'au i vedella amb pasta) Salsitxa amb carbassó al forn. Fruita de temporada
26	27	28		
Crema de pastanaga i carbassa amb costrons torrats Canelons de carn gratinats (vedella, porc, beixamel i formatge) Fruita de temporada	Arròs integral a la cubana (ceba, tomàquet, pastanaga, ou dur) Lluç a la romana amb amanida (tomàquet i olives) Fruita de temporada	Minestra de verdures de temporada Pizza de pernil i formatge amb amanida de blat moro i enciam logurt		



100%
saludable,
fet a mà
i solidari

Verdures ecològiques del nostre propi hort "Cal Tudela"
Ingredients de proximitat i Km 0
Alimentació Mediterrània i saludable

