

Proposta de SOPARS Octubre 2023

Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
<p><i>Conill torrat amb tomàtiga trempada</i> <i>Pa moreno</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Wok de verdures amb tallarines</i> <i>Llom de porc a la planxa</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Saltat de bledes amb monei</i> <i>Sardines al forn</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Sopa de verdures amb arròs</i> <i>Truita de patata amb ensalada</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Ensalada tèbia de mongetes blanques i mongeta tendra</i> <i>Pizza casolana</i> <i>Fruita</i></p>
Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
<p><i>Crema de carbassó</i> <i>Croquetes casolanes de pollastre amb ensalada</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Ravenets</i> <i>Cuscús amb verdures i ciurons</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Pilotes de lleties amb arròs i ensalada</i> <i>Fruita</i></p>		<p><i>Ensalada variada amb nous</i> <i>Ou fregit amb pa moreno amb tomàtiga</i> <i>Fruita</i></p>
Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
<p><i>Ensalada variada</i> <i>Llom al forn amb patata</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Crema de porro i carbassa</i> <i>Truita de mongetes blanques, all i julivert amb pa amb oli</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Arròs caldós amb verdures</i> <i>Croquetes casolanes de formatge i nous amb ensalada</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Brou vegetal amb fideus</i> <i>Rap arrebossat amb ensalada</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Amanida de pastanaga i remolatxa ratllada amb pipes</i> <i>Crepes de xampinyons i formatge</i> <i>Fruita</i></p>
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27
<p><i>Ravenets</i> <i>Arròs amb verdures i fruita seca</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Bullit de patata, col, pastanaga, ceba i ou</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Crema de porros amb crostons</i> <i>Ou al forn amb espinacs</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Ensalada variada</i> <i>Espirals amb salsa de bolets i formatge sec ratllat</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Ensalada de patata</i> <i>Brotxeta de gall dindi i verdura a la planxa</i> <i>Fruita</i></p>
Dilluns 30	Dimarts 31			
<p><i>Mongeta verda saltejada amb all i ametlla</i> <i>Truita de formatge amb tomàtiga trempada</i> <i>Fruita</i></p>	<p><i>Puré de pastanga</i> <i>Crepes d'espinacs i formatge tendre</i> <i>Fruita</i></p>			