MENÚ SETMANAL

SALUDABLE I SOSTENIBLE DURANT EL CONFINAMENT

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
DINAR	Llentilles amb verdures i arròs Amanida de temporada: poma i remolatxa	Amanida de temporada: espinacs, taronja i anous Guisat de carxofes, creïlla i lluç	Crema d'alls porros Fideus integrals amb pollastre i verdures de temporada	Amanida de temporada: rúcula, encisam i taronja Lasanya de verdures de temporada amb peix blanc	Potatge de fesols amb verdures de temporada	Verdures de temporada al forn Dorada amb creïlles	Amanida variada de temporada: poma i remolatxa Paella valenciana de carxofes, faves i conill o pollastre
SOPAR	Remenat d'ous amb verdures de temporada	Sopa de verdura amb cigrons	Amanida de temporada variada Truita de creïlles i ceba	Puré de verdures amb llentilles	Amanida variada de temporada: poma, enciam i anous Pisto de verdures de temporada i truita francesa	Sopa de verdures de temporada Pésols amb ou dur	Ou a la planxa amb carxofes i espàrrecs verds
DINAR	Fesols estofats amb carlota i porros	Verdures de temporada a la planxa Pollastre en salsa (ceba i suc de taronja) amb creïlla triturada	Sopa de verdures de temporada Fideus integrals amb espàrrecs, alls tendres, carxofes i ou dur	Lasanya de peix blanc amb verdures de temporada trossejades	Potatge de cigrons amb carlota, espinacs i fruita seca	Verdures de temporada guisades Peix blau	Amanida variada de temporada: espinacs, formatge fresc i anous Arròs integral amb verdures de temporada i cigrons
SOPAR	Pésols amb ceba i ou	Crema de verdures de temporada Endívies amb peix blau i verdures de temporada	Amanida de llentilles, amb carlota rostida, espinacs crues i formatge fresc	Mandonguilles de pollastre amb verdures de temporada	Sopa de fideus integrals Truita de verdures de temporada	Faves amb alls tendres i poma torrada	Tosta d'ou a la planxa

*TOTS ELS MENJARS S'ACOMPANYEN AMB FRUITA DE TEMPORADA

Verdures de temporada (hivern/primavera): Pésols, faves, carlota, napicol, xirivia, carabassa, rave, col llombarda, alls tendres, alls porros, espinacs, espàrrecs, escarola, fenoll, carxofa, endivia, bròcoli, floricol, romanesco, api.

Fruita de temporada (hivern/primavera): Taronja, kiwi, poma, mandarina, cireres, maduixa, albercoc, bresquilla, nectarina.

AJUNTAMENT DE VALÈNCIA · LAS NAVES · CODiNuCoVa · 25 cerai · JUSTICIA ALIMENTARIA