Menús IES VALL DEL TENES gener 2012

DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
LLENTIES ESTOFADES AMB CEBA I PASTANAGA TRUITA DE TONYINA amb enciam i tomàquet FRUITA	MINESTRA DE VERDURES (pèsol, patata, pastanaga i mongeta tendra) RAGÚ (guisat) DE VEDELLA AMB PICADA DE FRUITS SECS i enciam IOGURT	MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA i enciam FRUITA		
DILLUNS 16	**DIMARTS 17**	**DIMECRES 18**	**DIJOUS 19**	**DIVENDRES 20**
PATATES I MONGETES TENDRES SALTADES AMB ALL I JULIVERT CARN MAGRA AL FORN AMB "PISTO" (pebrot, ceba, tomàquet i albergínies) i enciam "NATILLAS"	ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB SALSA D'AVELLANES i enciam FRUITA	CIGRONS A LA CATALANA CRESTES DE TONYINA, enciam i tomàquet FRUITA		
DILLUNS 23	**DIMARTS 24**	**DIMECRES 25**	**DIJOUS 26**	**DIVENDRES 27**
FIDEUS A LA CASSOLA BOTIFARRA AL FORN, enciam i col llombarda FRUITA	MONGETES TENDRES AL VAPOR AMB PATATES FILET DE LLENGUADO ARREBOSSAT amb enciam FRUITA	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET PIT DE GALL DINDI GUISAT AMB CEBA I PEBROT SOFREGIT i enciam IOGURT		