

# ESCOLETA S'ESTEL JULIOL 2023

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
<b>BERENAR</b>	<b>POMA</b>	<b>ALBERCOCS</b>	<b>CIRERES</b>	<b>SÍNDRIA</b>	<b>MELÓ</b>
<b>DINAR</b>	<p><b>Gazpatxo</b> (tomàtiga, pebre, ceba, cogombre i all)</p> <p><b>Hamburguesa de pollastre i puré de patata</b> (pollastre, patata, oli, llimona i llet)</p>	<p><b>Meló amb cuixot salat</b> (meló, cuixot)</p> <p><b>Llenties amb verdures i marisc al curri</b> (llenties, poma, ceba, carabassó, pastanagó, mongetes, brou de peix i musclos)</p>	<p><b>Espagueti al pesto</b> (alfabaguera, formatge, oli i all)</p> <p><b>Croquetes de peix</b> (lluç, ceba, farina i llet) i <b>ensalada de tomàtiga</b></p>	<p><b>Puré de verdures</b> (carabassó, patata, pastanagó, ceba, bledes, bulb de fonell, porros i bledes)</p> <p><b>Peix al forn amb moniato i mongeta tendra</b></p>	<p><b>Trampó</b>(tomàtiga, pebre, ceba i oli)</p> <p><b>Ensalada d'arrós</b> ( arròs, ou, gamba pelada,pèsols, pastanagó, blat de les Indies)</p>
<b>BERENAR</b>	<b>IOGURT</b>	<b>IOGURT</b>	<b>PA AMB OLI</b>	<b>IOGURT</b>	<b>IOGURT</b>
<b>Al·lèrgens</b>	<b>Làctic, peix</b>	<b>Peix, làctic, molusc</b>	<b>Làctic, ou i gluten</b>	<b>Peix, làctic</b>	<b>Ou, crustaci, làctic</b>

**CAROLINA HOLZMANN**  
**NUTRICIONISTA**  
 Col. Núm. IB 0080