



**ENDER
CONSELL**

**FEBRER
2018**

**DE NADAL A
CARNAVAL, SET
SETMANES PER IGUAL**

El carnestoltes és una festa que té uns orígens molt llunyans, ja que en el temps dels grecs i romans es feien unes celebracions, per aquesta època de l'any, en honor als Déus.

I a la nostra cultura, influenciada per la tradició cristiana, la festa de carnaval es defineix com el període just abans d'entrar a la Quaresma. Per això, just abans de començar 40 dies d'abstinència, sacrifici, repressió i dejú, seguit de la Setmana Santa, calia celebrar-ho amb unes festes esbojarrades amb molta diversió.

El divendres normalment és el dia que arriba el Carnestoltes i llegeix el pregó per anunciar l'inici de les festes on "tot està permès". El senyor Carnestoltes serà el rei de les festes i ell marcarà les normes, on les disfresses i comparses són les protagonistes.

Els menjars típics de Carnaval són la truita de botifarra, la botifarra d'ou i la coca de llardons. I per poder compensar aquest menjar tan greixós que no faltin les maduixes que comencem a gaudir el mes de febrer o les pomes, peres, kiwis, taronges o plàtans que són fruites boníssimes d'aquest mes.

<p>Dilluns 5</p> <p>Patata, mongeta verda i pastanaga Estofat de vedella amb xampinyons Fruita del temps I Per sopar suggerim..... Coliflor gratinada Ous farcits amb tonyina i salsa de tomàquet Quefir</p>	<p>Dimarts 6</p> <p>Sopa amb pistons Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps Lesques de tomàquet i formatge fresc Hamburguesa de tofu amb puré de patata logurt</p>	<p>Dimecres 7</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Cap de llom amb salsa de verdures Fruita del temps Crema de verdures i iogurt Tires de pollastre saltades amb broquil logurt amb mel</p>	<p>Dijous 8</p> <p>Llenties estofades amb verdures (carbassó, pastanaga i ceba) Truita de patata i botifarra d'ou amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps Rap al forn amb patata i verdures logurt</p>	<p>Divendres 9</p> <p>CARNESTOLTES!</p> <p>Pizza de gall dindi i formatge Pollastre arrebossat amb patates xips Crema de xocolata</p>
<p>Dilluns 12</p> <p>DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>Dimarts 13</p> <p>Macarrons bolonyesa (carn de vedella, tomàquet i formatge) Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps Sopa de verdures i pollastre Torrada amb formatge d'untar i gall dindi logurt</p>	<p>Dimecres 14</p> <p>Cigrons estofats amb verdures (porro i pastanaga) Croquetes de pernil amb amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt Puré de verdures Salmó a la mel i mostassa Fruita del temps</p>	<p>Dijous 15</p> <p>Paella de carn Peix fresc segons mercat amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps Espinacs a la crema Nyuoquis amb oli d'oliva i sàlvia logurt amb trossos de fruita</p>	<p>Divendres 16</p> <p>Sopa de l'àvia amb galets Pollastre al forn amb patata al forn Fruita del temps Hamburguesa de cigrò amb formatge, tomàquet i ruca Flam</p>
<p>Dilluns 19</p> <p>Mongeta verda amb patata Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet i arròs saltat Fruita del temps I Per sopar suggerim..... Caldo de pollastre Llenguado amb patata al forn logurt</p>	<p>Dimarts 20</p> <p>Llenties estofades amb verdures i patata Pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps Amanida d'arròs amb tonyina i poma logurt</p>	<p>Dimecres 21</p> <p>Espirals a la carbonara (nata, ceba i bacó) Truita de patata i carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps Patata i bleda Pastis de lluç logurt</p>	<p>Dijous 22</p> <p>Crema de carbassa Fricandó de vedella amb xampinyons Flam Amanida de l'hort Crepe de pernil i formatge Fruita</p>	<p>Divendres 23</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Lluç arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps Lasanya de verdures Truita d'espinacs logurt</p>
<p>Dilluns 26</p> <p>Puré de verdures Estofat de gall dindi amb patata i pastanaga Fruita del temps I Per sopar suggerim..... Verdures a la planxa Bunyols de bacallà amb guacamole Formatge fresc amb mel</p>	<p>Dimarts 27</p> <p>Espaguets napolitana (tomàquet i formatge ratllat) Limanda al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) logurt Sopa minestrone Torrada integral amb formatge fresc i melmelada de tomàquet Fruita</p>	<p>Dimecres 28</p> <p>Cigrons estofats amb verdures (ceba i carbassó) Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita de temps Fideus xinesos saltejats amb verdures i vedella logurt</p>		