

Menú sense làctics



Desembre 2015

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Mongetes seques guisades amb ceba i pastanaga Filet de lluç a l'orli (arrebossat amb ou i pa ratllat) i amanida d'enciam logurt sense lactosa o de soja	2 Pasta de colors amb tonyina Pit de gall dindi al forn amb tomàquet amanit Fruita del temps	3 Sopa de brou de pollastre Seitó fresc a l'andalusa (enfarinat i fregit) amb amanida d'enciam (Filet de bacallà a escollir) Fruita del temps	4 Sant Nicolau Crema de pastanaga Pollastre al forn amb patates fregides Fruita del temps
7 Festa	8 Festa	9 Llenties guisades amb verdures Filet de llenguado al forn i pastanaga ratllada Fruita del temps	10 Macarrons a la napolitana (amb salsa de tomàquet) Hamburguesa de pollastre amb carbassó al forn Fruita del temps	11 Arròs amb xampinyons Llom de porc arrebossat i amanida d'enciam Fruita del temps
14 Sopa de brou de peix Truita de patates amb pastanaga ratllada Fruita del temps	15 Verdura (mongeta tendra) bullida amb patates Salsitxes de porc al forn amb tomàquet amanit logurt sense lactosa o de soja	16 Espaguetis amb salsa verda (alfàbrega, nous i oli d'oliva) Estofat de pollastre amb pinya i amanida d'enciam Fruita del temps	17 Arròs amb tomàquet Filet de lluç al forn i amanida d'enciam Fruita del temps	18 Cigrons guisats amb espinacs Tall rodó de vedella i amanida d'enciam Fruita del temps
21 Crema de verdures variades amb crostonets de pa torrat Botifarra de porc al forn Fruita del temps	22 Sopa de galets de Nadal Pollastre amb prunes i amanida variada Torrons, galetes i polvorons (especials sense làctics ni derivats)			



- . El llegum, els macarrons i els espaguetis són de producció ecològica.
- . Un dia a la setmana mengem el pa integral.
- . Els plats entre parèntesi són específics per als/les alumnes d' Infantil.
- . Aquest menú pot ser modificat per causes imprevistes o de força major.
- . Els règims puntuals (astringents o laxants), s'han de demanar a la cuina abans de les 10 del matí (93 581 10 82)
- . Per a qualsevol consulta ens trobareu a l'Escola i/o al telèfon 93 58 10 82 de 9h a 11h.
- . Menú revisat per Lúcia Arumí Riera, Diplomada en Dietètica i Nutrició Humana, per a Educadors 4uatres SL.