



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

. Els règims puntuals (astringents, laxants o altres), s'han de demanar a la cuina **abans de les 10 del matí (93 581 10 82)**
 . Els primers plats de llegum, macarrons, espaguetis i fideus 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.
 . Per a qualsevol consulta ens trobareu a l'Escola i/o al telèfon 93 581 10 82 de 9h a 12h.
 . Menú revisat per Lídia Arumí Riera, Diplomada en Dietètica i Nutrició Humana, per a Educadors 4uatresl.

| | | |
|-------------------------------------|--|--|
| <p>1</p> <p>Festa</p> | <p>2</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella a la planxa i amanida de tomàquet</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Bròquil gratinat Costelles de porc amb carbassó al forn Fruita del temps</p> | <p>3</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Paella d'arròs marinera (amb peix, calamar, sípia i gambetes)</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> <u>Plat únic:</u> Moussaka (pastís d'albergínia amb carn i verdures) Batut de fruites</p> |
|-------------------------------------|--|--|

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| <p>6</p> <p>Espirals de colors amb tomàquet</p> <p>Filet de lluç a l'andalusa amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Amanida russa Salsitxes amb salsa de tomàquet Fruita del temps</p> | <p>7</p> <p>Mongetes seques amb ceba i pastanaga</p> <p>Llom a la planxa i tomàquet amanit</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de verdures Sèpia a la planxa amb llimona i julivert Fruita del temps</p> | <p>8</p> <p>Verdura (mongeta tendra) bullida amb patates</p> <p>Filet de pollastre arrebossat (sense ou) amb enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Quiche de verdures Bistec a la planxa amb tomàquet i orenga Batut de pinya i plàtan</p> | <p>9</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Seitó fresc a l'andalusa amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Verdura 3 colors: espinacs, remolatxa i patata bullida Hamburguesa de pollastre amb ceba Fruita del temps</p> | <p>10</p> <p>Sopa de brou de pollastre amb pasta</p> <p>Pilota al forn amb salsa d'ametlles i patates fregides</p> <p>Galetes (especials) i suc</p> <p><i>I per sopar...</i> Hummus amb bastonets de pastanaga Torrada de pa amb tomàquet amb embotit i formatge Mousse de iogurt</p> |
| <p>13</p> <p>Festa</p> <p>Sant Martí</p> | <p>14</p> <p>Macarrons napolitana (amb salsa de tomàquet)</p> <p>Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Sopa de ceba Llenguado al forn amb lliit de patata i llimona Fruita del temps</p> | <p>15</p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Fricandó de vedella amb bolets i cuscús</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Minestra de verdures Botifarra a la planxa amb tomàquet al forn Compota de fruita</p> | <p>16</p> <p>Cigrons guisats amb patates</p> <p>Filet de lluç al forn amb verdures i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Sopa vegetal amb verdura tallada a juliana Croquetes de carn (sense ou) amb enciam i olives Fruita del temps</p> | <p>17</p> <p>Arròs amb bacallà i verdures</p> <p>Hamburguesa de pollastre i espinacs amb amanida de tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> <u>Plat únic:</u> Pizza casolana vegetal (ceba, carbassó, albergínia, tomàquet i mozzarella) Gelatina de fruites</p> |
| <p>20</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Pèsols, patata i pastanaga bullida Bistec de vedella a la planxa amb amanida de tomàquet xerry i formatge fresc Fruita del temps</p> | <p>21</p> <p>Fideuà de verdures</p> <p>Filet de lluç a l'andalusa i tomàquet amanit</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de carbassó Llonzes de porc a la planxa amb patates al forn Fruita del temps</p> | <p>22</p> <p>Verdura (espinacs) bullida amb patates</p> <p>Salsitxes de pollastre amb salsa de tomàquet i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Arròs 3 delícies Salmó al papillote (amb porro i pastanaga a juliana) Macedònia de taronja i plàtan</p> | <p>23</p> <p>Sopa de brou de verdures amb pasta</p> <p>Llom al forn amb xampinyons i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Favetes saltejades amb ceba Gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita del temps</p> | <p>24</p> <p>Llenties amb sofregit de tomàquet i ceba</p> <p>Bunyols de bacallà casolans (sense ou) amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> <u>Plat únic:</u> Empanada gallega de carn (sense ou) Taronja amb xocolata desfeta</p> |
| <p>27</p> <p>Arròs amb xampinyons</p> <p>Calamars a l'andalusa i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Mongeta verda amb patates Filet de gall dindi amb poma al forn logurt</p> | <p>28</p> <p>Patates estofades (amb costella de porc i verdures)</p> <p>Hamburguesa de vedella i pastanaga ratllada</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Sopa de peix Llibrets de pernil amb tomàquet amanit Fruita del temps</p> | <p>29</p> <p>Espaguetis amb tonyina</p> <p>Pollastre al forn amb llimona i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de pastanaga Xai a la brasa amb patata al caliu Compota de pera</p> | <p>30</p> <p>Mongetes seques guisades amb carbassa</p> <p>Filet de lluç al forn amb patata i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Sopa de pollastre amb pasta Albergínia farcida de carn Fruita del temps</p> | |