

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

. Els règims puntuals (astringents o laxants), s'han de demanar a la cuina **abans de les 10 del matí (93 581 10 82)**

. Els primers plats de llegum i pasta són de producció ecològica.

. Dos dies 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 11h.

. Menú revisat i sopars proposats per Lúdia Arumí Riera, Diplomada en Dietètica i Nutrició Humana, per a Educadors 4uatres SL

<p>1</p> <p>Festa</p> 	<p>2</p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb sípia i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Mongeta tendra amb patates Filet de gall dindi a la planxa amb tomàquet al forn Batut de iogurt amb maduixes</p>	<p>3</p> <p>Macarrons a la napolitana (amb salsa de tomàquet i formatge ratllat)</p> <p>Filet de pollastre arrebossat i tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Amanida verda amb nous Salmó a la planxa amb patates al forn Fruita del temps</p>
<p>6</p> <p>Festa</p> 	<p>7</p> <p>Amanida variada (enciam, tomàquet, poma i pastanaga) (Crema de verdures)</p> <p>Paella d'arròs a la marinera (amb peix, gambetes, sípia i calamar)</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Humus amb palets de pastanaga Albergínia farcida de verdura gratinada Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Espaguetis amb salsa de formatges</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 carbassa Croquetes de rostit amb saltejat de verdures Fruita del temps</p>
<p>13</p> <p>Llenties amb sofregit de ceba i tomàquet</p> <p>Truita de patates i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Sopa de brou de carn amb pasta Orada a la llimona amb pebrot verd Fruita del temps</p>	<p>14</p> <p>Fideus a la cassola (amb costella de porc i verdures)</p> <p>Filet de lluç al forn amb llit de patata i tomàquet</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de porro Pollastre a l'allet amb brots tendres i ceba Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Bledes amb arròs i fesolets</p> <p>Salsitxes de pollastre amb salsa de tomàquet i enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Espaguetis amb verduretes Rap a la planxa a les fines herbes amb pastanaga ratllada i olives Broqueta de fruites</p>
<p>20</p> <p>Macarrons a la napolitana (amb salsa de tomàquet i formatge ratllat)</p> <p>Truita d'espinaç amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de pastanaga Pollastre empanat amb enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Calamars encebats amb pastanaga ratllada</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Espàrrecs verds a la planxa Broqueta de vedella amb verdures amb llesca de pa torrat Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Bunyols de bacallà casolans i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Bròquil amb patates Pit de gall dindi a la planxa amb tomàquet amanit Fruita del temps</p>
<p>27</p> <p>Amanida de llenties (amb tomàquet, ceba i tonyina)</p> <p>Truita fines herbes amb pa amb tomàquet i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Trinxat de col i patata Bacallà amb samfaina Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Arròs a la milanesa (amb verdures i dauets de pernil)</p> <p>Filet de lluç a l'orli amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Amanida russa amb tonyina Conill a la brasa amb tomàquet amanit Poma al forn amb canyella</p>	<p>17</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Estofat de vedella amb bolets i cuscús</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> PLAT ÚNIC: Amanida verda + llibrets de llom amb formatge + patates fregides logurt</p>
	<p>23</p> <p>Mongeta tendra bullida amb patates</p> <p>Botifarra de porc al forn amb seques</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Arròs 3 delícies Salmó a la planxa amb daus de carbassó al forn Fruita del temps</p>	<p>24</p> <p>Amanida tropical (enciam, tomàquet, poma, pinya i pastanaga) (Crema de verdures)</p> <p>Pollastre al forn amb patates fregides</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> PLAT ÚNIC: Truita al gust amb pa amb tomàquet + amanida verda Crema catalana</p>
<p>28</p> <p>Espirals de pasta de colors amb crema</p> <p>Filet de lluç al forn amb verduretes</p> <p>logurt natural</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de carbassó i ceba Bistec de vedella a la planxa amb tomàquet amanit Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Trinxat de col i patata</p> <p>Filet de pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Amanida amb formatge fresc Cuetes de rap a la planxa amb all i julivert Macedònia de fruites</p>	<p>30</p> <p>Arròs a l'hortolana (amb verdures)</p> <p>Seitó fresc a l'andalusa i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Minestra de verdures Hamburguesa a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps</p>
		<p>31</p> <p>Gaspaxo o crema de pastanaga</p> <p>Llom de porc al forn amb arròs integral fines herbes</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> PLAT ÚNIC: Pa torrat amb escalivada + tonyina + ou dur Batut de iogurt i fruites</p>