



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			<p>12 Macarrons napolitana (amb salsa de tomàquet)</p> <p>Filet de lluç a l'andalusa amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Amanida russa amb tonyina Truita de carbassó i ceba amb tomàquet amanit Fruita del temps</p>	<p>13 Crema de carbassó</p> <p>Pollastre al forn amb llimona i patates fregides</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Pizza casolana al gust iogurt vegetal</p>
<p>16 Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Bunyols casolans de bacallà amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Gaspaxo amb poma picada Hamburguesa de cigrons a la planxa amb enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>17 Patates bullides amb pell i amanida (enciam, tomàquet i pastanaga)</p> <p>Truita a les fines herbes amb pa de pagès amb tomàquet</p> <p>logurt soja o s/lactosa</p> <p><i>I per sopar...</i> Amanida amb fruits secs Salmó a la planxa amb patata al forn Fruita del temps</p>	<p>18 Crema de pastanaga</p> <p>Salsitxes de porc al forn amb arròs integral (saltejat amb herbes aromàtiques)</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Espinacs amb patates Pit de gall dindi a la planxa amb tomàquet amanit Suc de taronja natural</p>	<p>19 Amanida de lleties (amb tomàquet, pebrot i tonyina)</p> <p>Estofat de pollastre amb pinya i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Pebrot, patata i ceba escalivats Truita a la francesa amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps</p>	<p>20 Espaguetis a la bolonyesa (amb carn picada)</p> <p>Filet de lluç al forn amb verduretes</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> "Natxos" amb guacamole Wrap o "burrito" de pollastre amb amanida (tallat a tires) iogurt vegetal</p>
<p>23 Amanida de pasta de colors (amb daus de pernil i tomàquet)</p> <p>Truita de carbassó amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Empedrat de mongeta seca Llom de porc amb samfaina Fruita del temps</p>	<p>24 Pastís de patata (amb tonyina, enciam i olives)</p> <p>Filet de lluç a l'orli amb amanida de tomàquet</p> <p>logurt soja o s/lactosa</p> <p><i>I per sopar...</i> Amanida amb alvocat i fruits secs Pernilets de pollastre al forn amb llit de ceba i patata Fruita del temps</p>	<p>25 Verdura (mongeta tendra) bullida amb patates</p> <p>Fricandó de vedella amb bolets i cuscús</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Arròs 3 delícies Bacallà a la planxa amb enciam i tomàquet Broqueta de pinya i platan</p>	<p>26 Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Filet de pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de pastanaga i poma Truita de patates i ceba amb amanida de tomàquet i alvocat Batut de fruita i iogurt vegetal</p>	<p>27 Amanida variada (enciam, tomàquet, pastanaga) (Crema de verdures)</p> <p>Paella marinera (amb peix, sípia, gambetes, calamar)</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Vichyssoise Broqueta de gall dindi i verdures amb pebrot verd fregit Gelatina</p>
<p>30 Arròs amb xampinyons</p> <p>Truita de patates i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de carbassa Pollastre a l'allet amb patata panadera Fruita del temps</p>	<p>. Els règims puntuals (astringents o laxants), s'han de demanar a la cuina abans de les 10 del matí (93 581 10 82)</p> <p>. Els primers plats de llegum i pasta són de producció ecològica.</p> <p>. Dos dies a la setmana mengem el pa integral.</p> <p>. Els plats entre parèntesi són específics per als/les alumnes d'Infantil.</p> <p>. Aquest menú pot ser modificat per causes imprevistes o de força major.</p> <p>. Per a qualsevol consulta podeu contactar per mail (educadors4uatres@gmail.com) o ens trobareu a l'Escola i/o per telèfon (93 581 10 82), de 9h a 11h.</p> <p>. Menú revisat i sopars proposats per Lúcia Arumí Riera, Diplomada en Dietètica i Nutrició Humana, per a Educadors 4uatres SL.</p>			