




Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

<p>1 Arròs a la milanesa (amb dauets de pernil i verdures)</p> <p>Filet de lluç a l'andalusa amb tomàquet amanit</p> <p>iogurt s/lactosa o fruita</p>	<p>2 Cigrons amb verdures</p> <p>Pollastre al forn amb llimona i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>3 Bledes amb arròs i fesolets</p> <p>Filet de lluç al forn amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>4 Crema de carbassa</p> <p>Mandonguilles (especials sense làctics) a la jardineria amb patates fregides</p> <p>Fruita del temps</p>	
<p><i>I per sopar...</i> Purè de patates gratinat Llenguado a la meunière Fruita del temps</p>	<p><i>I per sopar...</i> Crema de verdures Truita de patates i amanida de tomàquet amb fruits secs Batut de iogurt vegetal i fruites</p>	<p><i>I per sopar...</i> Espinacs a la crema Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita del temps</p>	<p><i>I per sopar...</i> Hummus amb palets de pastanaga i de pa Tonyina a la planxa amb amanida de brots tendres Fruita del temps</p>	
<p>7</p> <p>FESTIU</p> 	<p>8</p> <p>FESTIU</p>	<p>9 Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>10 Verdura (mongeta tendra) bullida amb patates</p> <p>Estofat de vedella amb verdures i cuscús</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>11 Sopa de brou de peix amb pasta</p> <p>Filet de pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p>
		<p><i>I per sopar...</i> Purè de patates Lluç a la planxa amb enciam i olives Compota de poma</p>	<p><i>I per sopar...</i> Espaguetis amb salsa de tomàquet i tonyina Truita a la francesa amb enciam i ceba Fruita del temps</p>	<p><i>I per sopar...</i> Falafel amb pa fajita i amanida a juliana Gelatina de fruites</p>
<p>14 Arròs integral amb samfaina (tomàquet, albergínia, carbassó, pebrot)</p> <p>Filet de lluç a l'orli (arrebossat) i enciam amanit</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>15 Llenties guisades amb carbassó i pastanaga</p> <p>Truita a les fines herbes amb pa amb tomàquet i pastanaga ratllada</p> <p>iogurt s/lactosa o fruita</p>	<p>16 Trinxat de col i patata</p> <p>Bunyols de bacallà casolans amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>17 Sopa de brou de verdures amb pasta</p> <p>Hamburguesa de pollastre al forn i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>18 Crema de verdures amb crostonets de pa torrat</p> <p>Vedella a la planxa i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>
<p><i>I per sopar...</i> Crema de carbassó Broqueta de pollastre a la planxa amb tomàquet xerris Fruita del temps</p>	<p><i>I per sopar...</i> Macarrons amb salsa de tomàquet Rap al forn amb llit de tomàquet i carbassó Fruita del temps</p>	<p><i>I per sopar...</i> Pèsols i patates al vapor Cuixa de pollastre a la brasa Pinya natural</p>	<p><i>I per sopar...</i> Crema de llenties vermelles Llom de porc a la planxa amb pebrot verd fregit Fruita del temps</p>	<p><i>I per sopar...</i> Amanida de brots tendres amb fruits secs Pizza casolana al gust iogurt vegetal</p>
<p>21 Sopa de galets</p> <p>Pollastre al forn amb prunes, panses i pinyons</p> <p>Torrans, galetes i polvorons (bosseta especial sense làctics)</p> <p><i>I per sopar...</i> PLAT ÚNIC: Truita de patates i ceba amb pa amb tomàquet Macedònia de fruites</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>. El llegum i la pasta són de producció ecològica.</p> <p>. Dos dies a la setmana mengem el pa integral.</p> <p>. El iogurt és natural ensucrat La Fageda. Si alguna família el vol sense sucre, ho pot demanar. A P3 i P4 el donem sense sucre. Si alguna família el vol ensucrat, ho pot demanar.</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 (educadors4uatre@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 4uatre SL.</p>			

