2017 menú setembre

Mirat pel dret sóc un vegetal,
mirat al revés sóc un mineral. Què sóc?

tresmes ecoactiva
www.tresmes.com

NO PORC

MENÚ MENJADOR ESCOLAR

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
EL **95%** DEL NOSTRE **PRODUCTE** ÉS **DE PROXIMITAT** I/O **ECOLÒGIC** (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics, etc.) EL **95%** DEL NOSTRE **PEIX** ÉS **FRESC** LES **CARNS** I EL **POLLASTRE** SÓN DE **GRANGES** DE **PROXIMITAT**		**Als nostres menús posem peix blau o blanc depenent del què trobem a la llotja**		
04	05	06	07	08
11	12 **Amanida de pasta** (blat de moro, olives, pastanaga i gall d'indi) **Croquetes de bacallà** i enciam i cogombre **Peça de fruita**	13 **Mongetes de Santa Pau** estofades **Pollastre al forn amb romaní** i bastonet de pastanaga **Iogurt d'ovella la Cleda**	14 **Crema de verdures** de temporada **Truita de patata i ceba** i enciam meravella i olives **Peça de fruita**	15 **Arròs amb salsa de verdures** **Peix al forn** amb verduretes i amanida variada **Fruita**
18 Macarrons amb tomàquet i formatge Truita de carbassó **i enciam amb remolatxa** **Peça de fruita**	19 **Cigronets de l'Anoia** estofats amb verduretes **Pinxito de pollastre casolà** i enciam amb tomàquet **Iogurt Grec del Berguedà**	20 **Verdura del temps** **Peix al forn** amb samfaina i enciam de Roure i cogombre Peça de fruita	21 **Amanida d'arròs** pèsols, tomàquet, cogombre, olives negres i blat de moro **Hamburguesa de conill** amb salseta de xampinyons i enciam meravella **Peça de fruita**	22 **Vichyssoise** (patates, porros i crema de llet) **Fideus a la cassola amb marisc** i enciam i olives Peça de fruita
25 Verdura variada **(de temporada)** Calamar en tempura **de Ca la Mari de Sant Antoni** i amanida variada **Peça de fruita**	26 **Espaguetis** al pesto **Pernilets de pollastre** i enciam meravella Peça de fruita	27 **Llenties pardines** amb rajolí d'oli **Peix al forn** amb herbetes **i enciam i olives** **Iogurt Boisans**	28 **Arròs amb tomàquet** (sofregit de ceba i tomàquet) **Truita d'albergínia** Ous del Rull de Can Maspons i enciam meravella **Peça de fruita**	29 **Crema de verdures** amb rostes **Estofat de vedella** i bastonet de pastanaga **Peça de fruita**

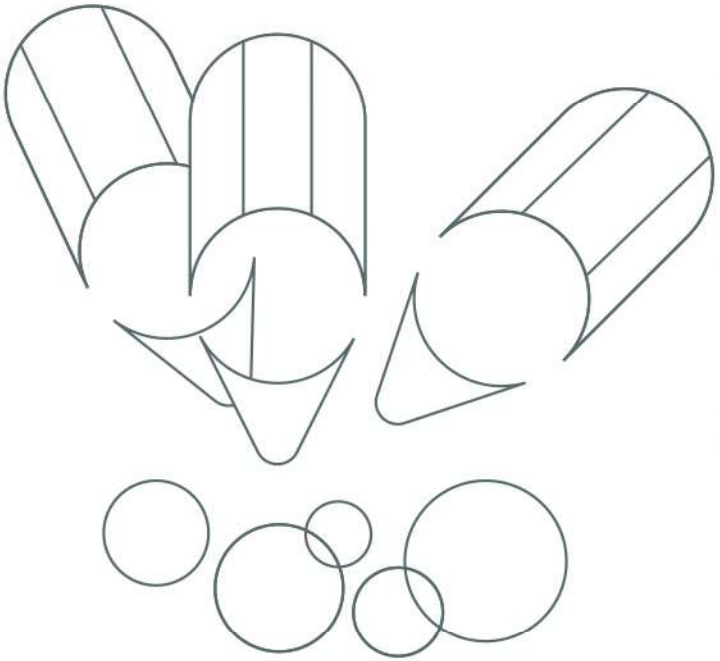
DIETISTA: Tots els menús estan supervisats per Meritxell Espinasa Càceres, Dietista Nutricionista del centre Viu Sa de les Franqueses, amb el número de col·legiada CAT000083.

2017 menú setembre

Proposta de sopars a casa

Solució a l'endevinalla: ARRÒS/SORRA

tresmes ecoactiva
www.tresmes.com



Pinta'm !!!!

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
28	29	30	31	01
04	05	06	07	08
11	12 Crema de carbassó Truita amb formatge i orenga amanida Iogurt	13 Arròs amb verduretes Peix blanc al forn tomàquet amanit Macedònia	14 Macarrons amb tomàquet Salsitxes de porc verdures al forn Iogurt	15 Amanida variada pa amb tomàquet i embotit Iogurt
18 Mongeta verda amb patata i ceba dolça Mandonguilles amb tomàquet bastonets de pastanaga Iogurt	19 Cous cous amb verduretes Salmó a la planxa tomàquet amanit Peça de fruita	20 Sopa de pistons Pollastre al forn amb llimona amanida Iogurt	21 Crema de pastanaga Ous farcits amb amb tomàquet i tonyina xampinyons saltejats Iogurt	22 Amanida variada Pizza casolana Iogurt
25 Arròs amb xampinyons Truita de ceba tendra **i patata** cogombre Iogurt	26 Amanida de quinoa Hamburguesa de vedella xampinyons a la planxa Iogurt	27 Crema de carbassa Albergínia farcida amb carn picada amanida Peça de fruita	28 Sopa de fideus Pinxos de pollastre bastonets de pastanaga Iogurt	29 Fajites de pollastre, pebrot verd i vermell. ceba i tomàquet iogurt

Segueix-nos a: