

# 2017 menú novembre

Petit i rodanxó per la terra es presenta; no té més que una cama i costelles més de trenta. Què sóc?

VEGETARIÀ (NO CARN)

## 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

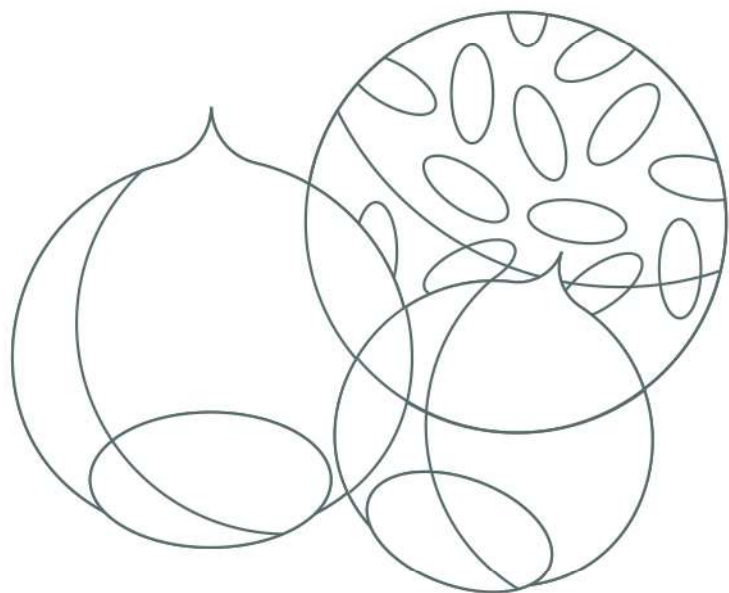
Verdura variada	Amanida complerta amb tonyina	Espaguetis amb salsa de xampinyons	Sopa vegetal amb pistons	Crema de carbassa
Calamars arrebossats	Mongeta de Santa Pau estofada	Peix amb suquet al forn	Peix al forn	Proteïna vegetal
i amanida variada	amb verdures	i enciam meravella	amb samfaina	i enciam i olives
Peça de fruita	logurt d'ovella La Cleda	Peça de fruita	i bastonet de pastanaga	Làctic la Fageda
Trinxat de col i patata	Caldo amb galets	Amanida complerta amb tonyina	Peça de fruita	Arròs amb sofregit i verdures
Ous gratinats al forn	Croquetes de bacallà	Llentia pardina amb arròs integral	Sopa vegetal amb fideus	Peix al forn
amb llit de tomàquet i ceba	al forn	i enciam i remolatxa	Truita de patates i ceba	amb tomàquet i ceba
Peça de fruita	Peça de fruita	logurt ecològic Boisans	i tomàquet amanit	i tomàquet amanit
Crema de Verdura	Pasta amb tonyina	Bledes amb patates	Peça de fruita	Peça de fruita
amb rajolí d'oli	amb sofregit de tomàquet	Peix al forn	Crema suau de verdures	Macarrons bolonyesa amb picada de proteïna vegetal
Croquetes vegetals	Calamar estofat amb cebeta dolça	i enciam i olives	Proteïna vegetal	Peix blanc al forn
al forn	i amanida variada	Peça de fruita	i amanida variada	amb verdures
i enciam i blat de moro	Peça de fruita	Espagueti a la napolitana	Peça de fruita	i enciam
Peça de fruita	Amanida complerta	amb sofregit de ceba i pebrot	Arròs	Peça de fruita
Crema de pastanaga	amb formatge fresc	Peix al forn	amb salsa de verdures	Macarrons bolonyesa amb picada de proteïna vegetal
Canelons d'espínacs	Arròs a la cubana	amb verdures	Truita de patates i ceba	Bunyols de bacallà
i enciam	amb ou i tomàquet	i enciam de Roure	i enciam i tomàquet	i enciam i olives
Peça de fruita	i amanida	Peça de fruita	Peça de fruita	logurt del Berguedà
	Peça de fruita		Verdura variada	
			amb rajolí d'oli	
			Truita amb formatge	
			i bastonet de pastanaga	
			Peça de fruita	

Als nostres menús posem peix blau o blanc depenent del què trobem a la llotja

# 2017 menú **novembre**

Solució a l'endevinalla: EL BOLET

## Proposta de sopars a casa



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
30	31	01	02	03
			Crema de pèsols i ceba Truita francesa pastanaga rallada logurt	Pizza de pernil i verdures Tomàquet amanit Fruita
06	07	08	09	10
Arròs amb bolets Truita de formatge Tomàquet amanit logurt	Bròquil amb patata Pollastre al forn amb llit de ceba i tomàquet Fruita	Cous cous amb verdures Hamburguesa de vedella Enciam de roure logurt	Crema de carbassa i pastanaga Peix blau al forn amanida logurt	Macarrons a la napolitana Vegenugets amb verdura al forn logurt
13	14	15	16	17
Espaguetis amb salseta de bolets Sèpia a la planxa amb all i julivert amanida logurt	Arròs saltejat amb verdures Pinxos de gall d'indi bastonets de pastanaga logurt	Mongeta verda amb patata Pollastre arrebossat tomàquet amanit Fruita	Sopa de lletres Peix blau a la planxa espàrrecs verds logurt	Entrepà d'hamburguesa amb enciam i tomàquet bastonets de pastanaga logurt
20	21	22	23	24
Arròs amb tomàquet Pollastre al forn amb romaní Verdures al forn logurt	Coliflor gratinada Truita francesa Amanida logurt	Quinoa amb verdures Peix blau al forn Tomàquet amanit Fruita	Crema de carbassa Gall d'indi a la planxa Xampinyons logurt begut	Sopa de galets Calamars a la romana Amanida logurt
27	28	29	30	01
Mill amb verdures Calamar estofat amb ceba i pèsols carbassó al forn Fruita	Sopa de fideuets Croquetes de bolets albergínia planxa logurt	Crema de pastanaga aletes de pollastre amb llimona al forn tomàquet amanit logurt	Arròs amb xampinyons Peix blanc amb salseta de ceba dolça bastonets de pastanaga logurt	

Pinta'm !!!!