

2017 menú **setembre**

VEGÀ

MENÚ MENJADOR ESCOLAR

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



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 CARNES I EL POLLASTRE SÓN DE GRANGES DE PROXIMITAT

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

Proteïna VEGETAL:

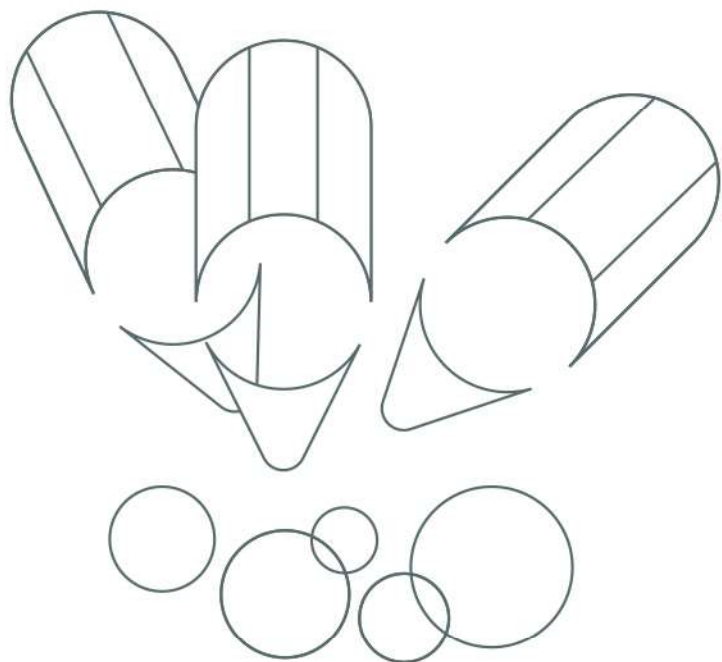
VEGEBURGUER DE TOFU
VEGEBURGUER DE SEITAN
VEGENUGUET DE TOFU I FORMATGE
LLIBRETS DE TOFU
CROQUETES D'ESPINACS AMB CIGRONS
ETC

04					
11	Amanida de pasta (blat de moro, olives, pastanaga) Proteïna vegetal i enciam i cogombre Peça de fruita	Mongetes de Santa Pau estofades Proteïna vegetal i bastonet de pastanaga logurt de soia	Crema de verdures de temporada Proteïna vegetal i enciam meravella i olives Peça de fruita	Arròs amb salsa de verdures Proteïna vegetal i amanida variada Peça de fruita	
18	Macarrons amb tomàquet Proteïna vegetal i enciam amb remolatxa Peça de fruita	Cigronets de l'Anoia estofats amb verduretets Proteïna vegetal i enciam amb tomàquet logurt de soia	Verdura del temps Proteïna vegetal i enciam de Roure i cogombre Peça de fruita	Amanida d'arròs pèsols, tomàquet, cogombre, olives negres i blat de moro Proteïna vegetal i enciam meravella Peça de fruita	Vichyssoise (patates, porros i crema de llet) Proteïna vegetal i enciam i olives Peça de fruita
25	Verdura variada (de temporada) Proteïna vegetal i amanida variada Peça de fruita	Espaguetis al pesto sense formatge Proteïna vegetal i enciam meravella Peça de fruita	Llenties pardines Amb arròs i rajolí d'oli Proteïna vegetal i enciam i olives logurt de soia	Arròs amb tomàquet (sofregit de ceba i tomàquet) Proteïna vegetal i enciam meravella Peça de fruita	Crema de verdures amb rostes Proteïna vegetal i bastonet de pastanaga Peça de fruita

2017 menú **setembre**

Solució a l'endevinalla: ARRÒS/SORRA

Proposta de sopars a casa



Pinta'm !!!!

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