

2017 menú **setembre**

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

NO OU +
LACTOSA/PROT.LLET+VEDELLA

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

PASTA: ESPECIAL SENSE OU
ARREBOSSATS SENSE OU
NO FORMATGES
NO LÀCTICS
NO VEDELLA

TOTS ELS PRODUCTES
UTILITZATS SON SENSE
LACTOSA/PROT.LLET
S'UTILITZEN UTENSILS INDIVIDUALS
PER CUINAR CADA INTOLERÀNCIA

04

05

06

07

08

11

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, pastanaga i pernil dolç)
Nuggets de gall d'indi arrebossat

i enciam i cogombre
Peça de fruita
Cigronets de l'Anoia
estofats amb verduretes

Macarrons amb tomàquet

Gall d'indi al forn

i enciam amb remolatxa
Peça de fruita

18

Pinxito de pollastre casolà
i enciam amb tomàquet
logurt de soia

Verdura variada
(de temporada)
Calamar en tempura
de Ca la Mari de Sant Antoni
i amanida variada
Peça de fruita

Espaguetis
al pesto especial
Pernilets de pollastre
i enciam meravella
Peça de fruita

25

26

Mongetes de Santa Pau
estofades
Pollastre al forn amb romaní
i bastonet de pastanaga
logurt de soia
Verdura del temps

Peix al forn
amb samfaina
i enciam de Roure i cogombre
Peça de fruita

Llenties pardines
amb rajolí d'oli
Peix al forn
amb herbetes
i enciam i olives
logurt de soia

13

20

27

Crema de verdures
de temporada
Llom amb herbetes
i enciam meravella i olives
Peça de fruita
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

Arròs amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Gall d'indi al forn
i enciam meravella
Peça de fruita

14

21

28

Arròs amb salsa de verdures
Peix al forn
amb verduretes
i amanida variada
Peça de fruita
Vichyssoise
(patates, porros)

Fideus a la cassola amb marisc
i enciam i olives
Peça de fruita

Crema de verdures
amb rostes
Estofat de porc
i bastonet de pastanaga
Peça de fruita

15

22

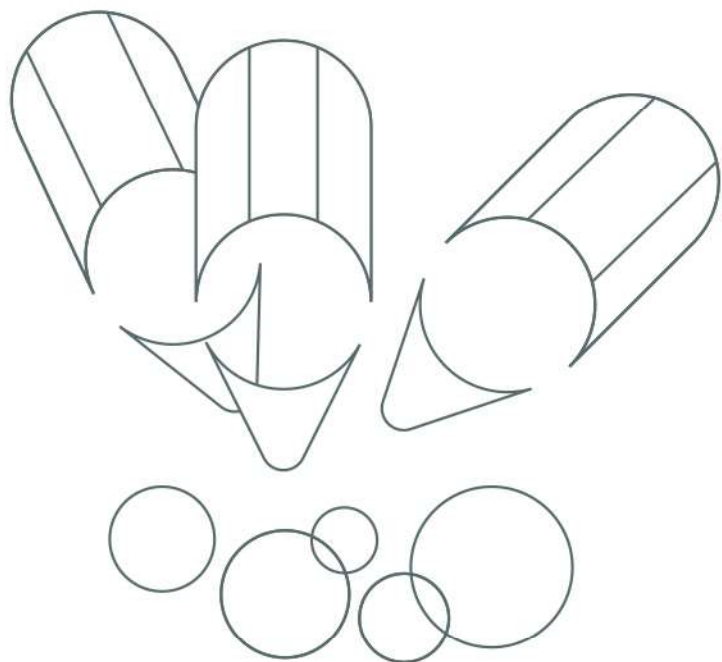
29

2017 menú **setembre**

Solució a l'endevinalla: ARRÒS/SORRA

Proposta de sopars a casa

tresmes
ecoactiva
www.tresmes.com



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	Amanida variada Pizza casolana
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 Fajites de pollastre, pebrot verd i vermell.
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

Pinta'm !!!!