

MENÚ MENJADOR ESCOLAR Mestres

dl31

dt01

dc02

dj03

dv04

dl07

dt08

dc09

dj10

dv11

La Diada



dl14

Arròs amb verdures

Bacallà al forn amb acompanyament i amanida variada

Peça de fruita

dt15

Verdura de temporada amb patata

Pollastre a la planxa amb acompanyament i bastonets de pastanaga

Peça de fruita

dc16

Hummus amb dips vegetals

Remenat d'ou i bolets amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dj17

Crema de carbassa i pastanaga

Gall d'indi a la planxa amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dv18

Tavoulé de cous cous amb vinagreta

Sèpia amb all i julivert amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dl21

Graellada de verdures

Peix blanc a la planxa amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dt22

Torrada amb escalivada

Crustó de vedella a la planxa amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dc23

Empedrat

Conill al forn amb acompanyament i amanida

Peça de fruita d'intercanvi

dj24

Rissotto de bolets

Remenat d'ou i espàrrecs verds amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dv25

Vichyssoise amb rostes

Peix blau a la planxa amb acompanyament i amanida

Peça de fruita d'intercanvi

dl28

Amanida amb nous, poma i formatge de cabra amb rostes

Truita de porro, carbassó i albergínia amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dt29

Tomàquet amb mozzarella

Pollastre al forn amb cebeta i patata amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dc30

Tallarines amb verdures i gambetes

Peix blanc a la planxa amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dj01

dv02

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**

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.

PROPOSTA DE SOPARS A CASA

dl**31**

d**01**

dc**02**

dj**03**

dv**04**

dl**07**

dt**08**

dc**09**

dj**10**

dv**11**

La Diada



dl**14**

Mongeta verda amb patata

Truita francesa i llesca de pa amb tomàquet

iogurt

dt**15**

Cuscús amb samfaina

Peix a la planxa i bastonets de pastanaga

iogurt

dc**16**

Arròs tres delícies

Salsitxes de porc a la planxa i amanida

Macedònia

dj**17**

Espirals de pasta amb salsa de xampinyons

Peix blanc a la planxa i cogombre amanit

iogurt

dv**18**

Tomàquet amb mozzarella alfàbrega

Pizza casolana

iogurt

dl**21**

Crema freda de carbassó, pastanaga i mascarpone

Hamburguesa de conill amb patates al forn

Peça de fruita

dt**22**

Amanida de quinoa

Peix blanc a la planxa i xampinyons a la planxa

iogurt

dc**23**

Quinoa amb tomàquet i tonyina

Truita de porros amb amanida

iogurt

dj**24**

Hummus amb dips de pastanaga i cogombre

Albergínia farcida amb tonyina

iogurt

dv**25**

Fajites de seità

Pebrot verd i vermell amb ceba i tomàquet

iogurt

dl**28**

Macarrons amb gambetes, epàrrecs i nata

Peix blau a la planxa i bastonets de pastanaga

iogurt

dt**29**

Mill amb salsa de tomàquet

Llom a la planxa i verdures a la planxa

Peça de fruita

dc**30**

Verdura de temporada

Truita de patates i ceba dolça i tomàquets xerris amanits

iogurt

dj**01**

dv**02**