

MENÚ MENJADOR ESCOLAR Vegetarià - No Carn

dl31

dt01

dc02

dj03

dv04

dl07

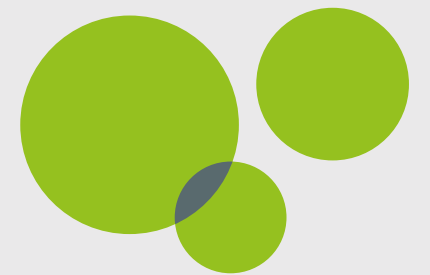
dt08

dc09

dj10

dv11

La Diada



dl14

Arròs amb tomàquet

Croquetes de bacallà i amanida variada

Peça de fruita

dt15

Crema de porros

Hamburguesa vegetal i enciam amb pastanaga

Peça de fruita

dc16

Amanida de cigrons amb cogombre, olives i tomàquet

Remenat d'ou i espàrrecs verds i enciam meravella

logurt La Fageda

dj17

Verdura de temporada

Tofu amb ceba al forn i tomàquet amanit

Peça de fruita

dv18

Amanida de pasta amb blat de moro, olives i pastanaga ratllada

Peix al forn amb lliet de cebeta i enciam

Peça de fruita

dl21

Arròs amb samfaina

Calamar estofat amb cebeta i enciam meravella

Peça de fruita

dt22

Crema tèbia de mongeta blanca i carbassa

Arròs integral amb verduretes i enciam amb olives

logurt La Fageda

dc23

Amanida de patata i frankfurt vegetal amb maionesa

Tofu amb verdures i enciam amb tomàquet

Peça de fruita

dj24

Cuscús amb blat de moro, pastanaga i tomàquet

Truita d'espínacs i Bastonets de pastanaga

Peça de fruita

dv25

Verdura de temporada

Peix a la planxa i pastanaga a rodanxes

Peça de fruita

dl28

Crema de carbassó

Truita de patata i enciam amb tomàquet

Peça de fruita

dt29

Arròs amb verduretes

Amanida amb fruits secs i bastonets de pastanaga

Peça de fruita

dc30

Espaguetis al pesto d'espínacs

Peix amb salseta de verdures i enciam

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**

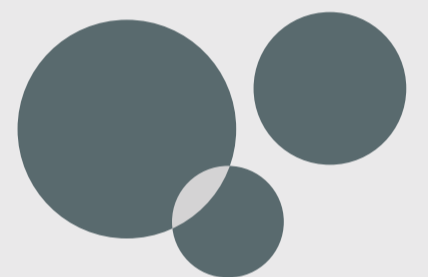
dt**08**

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**

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**