

Setembre 2018

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

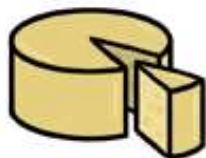
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



12

DINAR DE BENVINGUDA
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de pernil
Enciams variats amanits amb col
llombarda i blat de moro
Préssec en almívar

i per sopar...
Crema de carbassó
Lluçet de forn amb patata al caliu
Fruita de temporada

13

Caldo amb estrelletes
Trita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb
tomàquet vermell i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Pèsols saltats amb all
Hamburguesa de vedella amb
salsa de xampinyons
Fruita de temporada

14

Mongeta tendra amb patata
Pit de gall dindi a la planxa
Enciams variats amanits amb
blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet
Pizza de 4 formatges
Fruita de temporada

17

Sopa de fideus
Croquetes de mill i verdures
Amanida variada d'hortalisses
Fruita de temporada

i per sopar...
Espinacs saltats al wok
Rap arrebossat amb salsa de
tomàquet i flam d'arròs
Fruita de temporada

18

Amanida d'arròs amb pastanaga,
blat de moro i tonyina
Trita de formatge
Enciams variats amanits amb
cogombre i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa amb rostes
de pa
Conill al forn amb herbes
Fruita de temporada

19

Macarrons bullits amb oli
d'oliva amb salsa de remolatxa
i tomàquet
Filet de lluç a la planxa
Enciams variats amanits amb
raves i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de llenties amb daus
de pollastre
Fruita de temporada

20

Crema de verdures de
temporada amb rostes de
pa al forn
Mandonguilles de vedella a
la jardinera
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de fideus
Sèpia a la planxa amb enciams
variats
Fruita de temporada

21

Cigrons estofats amb patates
Filet de gall dindi arrebossat
Rodanxetes de tomàquet i
olives verdes amanides amb
oli d'oliva i orenga
logurt natural

i per sopar...
Amanida grega
Torrada amb truita a la
francesa
Fruita de temporada

24

Arròs integral amb salsa de
tomàquet
Hamburguesa vegetal a la
planxa
Enciams variats amanits amb
pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Mongeta tendra amb patata
Hamburguesa mixta amb
formatge
Fruita de temporada

25

Sopa amb meravella
Gall dindi guisat a la jardinera
Patates xips
Fruita de temporada

i per sopar...
Humus amb tires crues de
pastanaga
Trita de gambetes amb
enciams amanits
Fruita de temporada

26

Mongeta tendra amb patata
Rodó de porc al forn amb bolets
Fruita de temporada

i per sopar...
Flamet de quinoa
Orada al forn amb enciam i
pastanaga
Fruita de temporada

27

Llenties estofades amb arròs
Trita a la francesa
Enciams variats amanits amb
col llombarda i api
Fruita de temporada

i per sopar...
Col amb patata
Lluç al forn amb salsa de porro
Fruita de temporada

28

Llacets saltats amb ceba i
cansalada amb formatge ratllat
Fregidets d'abadejo
Enciams variats amanits amb
tomàquet vermell i olives negres
Postres d'aniversari

i per sopar...
Amanida verda amb figues,
fruits secs
Biquinis casolans
Fruita de temporada

1 Octubre

Pèsols guisats amb patates
Mandonguilles vegetals a la
jardinera
Enciams variats amanits
amb remolatxa i blat de moro
logurt natural

i per sopar...
Saltat de verdures amb arròs
integral
Trita de carxofes
Fruita de temporada

2 Octubre

Macarrons bullits amb
oli d'oliva amb salsa de
remolatxa i tomàquet
Filet de lluç a la planxa
Enciams variats amanits amb
raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Cabdells amb vinagreta
Escalopa de vedella amb
patata al caliu
logurt natural

3 Octubre

Amanida verda amb formatge
i pipes
Arròs a la cassola
Fruita de temporada

i per sopar...
Espirals de colors saltats amb
ceba tomàquet i tonyina fresca
Fruita de temporada

4 Octubre

Mongetes seques bullides
amb oli d'oliva
Trita de patata i fonoll
Enciams variats amanits amb
tomàquet verd i col llombarda
Fruita de temporada

i per sopar...
Bròquil amb carbassa i
patata al vapor
Gall al forn
Fruita de temporada

5 Octubre

Crema de verdures de
temporada amb rostes de pa
al forn
Vedella estofada amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida amb préssec i fruita
seca
Paninis casolans
Fruita de temporada

Octubre 2018

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns

8

Mongeta tendra amb patata
Bunyols de bacallà
Xampinyons saltats amb all i julivert
Fruita de temporada

i per sopar...

Amanida d'escarola alvocat i blat de moro
Llenguado amb salsa verda
logurt natural

Dimarts

9

Cigrons estofats amb espinacs
Ous durs amb salsa de tomàquet i cansalada
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
logurt natural

i per sopar...

Espàrrecs a la planxa
Pollastre al forn amb llorer, farigola i orenga
Fruita de temporada

Dimecres

10

Fideuà (sipia i gambes) amb allíoli
Botifarra de porc a la planxa
Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd
Fruita de temporada

i per sopar...

Bledes amb patata
Llobarro al forn amb tomàquet madur
Fruita de temporada

Dijous

11

Arròs caldós d'hortalisses
Llom de salmó al forn amb oli d'oliva i anet amb patates panadera
Fruita de temporada

i per sopar...

Amanida de lleties i palmó
Fruita de carbassó
Fruita de temporada



15

Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn
Canelons d'espinacs gratinats
Fruita de temporada

i per sopar...

Quinoa amb verdures de temporada i tomàquet amb formatge rallat
Truita a la francesa
Fruita de temporada

16

Arròs amb salsa de tomàquet
Filet de lluç al forn amb salsa verda
Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...

Minestra de verdura
Conill al forn amb salsa
Fruita de temporada

17

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)
Pernilets de pollastre rostits
Rodanxetes de tomàquet i olives negres amanides amb oli d'oliva i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...

Crema de pastanaga
Besuc a la sal amb samfaina
Fruita de temporada

18

Patates gratinades al forn
Fregidets d'abadejo
Enciams variats amanits amb raves i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...

Coliflor gratinada
Gall dindi a la planxa
Fruita de temporada

19

Lleties estofades amb arròs
Truita a la francesa
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga
logurt natural

i per sopar...

Amanida de ruca, pastanaga i blat de moro
Crestes de tonyina
Fruita de temporada

22

Tallarines camperes
Croquetes de cigrons casolanes
Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...

Porros cuits amb vinagreta de tomàquet
Truita de patata
Fruita de temporada

23

Coliflor amb patata
Filet de gall dindi a la planxa amb salseta de formatge casolana
Fruita de temporada

i per sopar...

Ensalada de creïxens, poma i pinyons
Rap al forn amb pebrots
logurt natural

24

Mongetes seques estofades amb pastanagues
Llom de bacallà amb samfaina (tomàquet, albergínia, carbassó, ceba i pebrot verd i vermell)
Fruita de temporada

i per sopar...

Amanida variada, raves i olives
Salsitxes d'au amb salsa de tomàquet
Fruita de temporada

25

Arròs amb verdures
Truita de formatge
Enciams variats amanits amb raves i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...

Mongeta tendra amb patata
Sèpia a la planxa acompanyat d'enciams amanits
Fruita de temporada

26

DINAR DE TARDOR
Crema de carbassa
Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets
Postres d'aniversari

i per sopar...

Espaguetis de carbassó amb salsa de remolatxa
Cruixents de pollastre amb xips de moniato
Broqueta de fruita

29

Lleties estofades
Hamburguesa vegetal a la planxa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

i per sopar...

Crema de carbassa
Macarrons a la bolonyesa amb verdures
Fruita de temporada

30

Fideus a la cassola
Truita de xampinyons
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...

Trinxat de la Cerdanya
Llenguado a la papillota amb tomàquet amanit
Fruita de temporada

31

Purè de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn
Cuixa de pollastre a la planxa
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
logurt natural

i per sopar...

Saltat d'arròs amb tires de vedella i verdures al wok
Fruita de temporada



2 Novembre

Amanida verda amb formatge i pipes
Cigrons estofats amb bacallà
Fruita de temporada

i per sopar...

Sopa de fideus
Truita camperola amb cogombre amanit
Fruita de temporada

Novembre 2018

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns

5

Arròs integral amb salsa de tomàquet
 Truita a la francesa
 Enciams variats amanits amb col llombarda i api
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Vichyssoise amb rostes de pa
 Broqueta de porc amb verdures
 Fruita de temporada

Dimarts

6

Sopa de llegums i coliflor
 Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques
 amb patates panadera
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Puré de moniato, pastanaga, ceba i rostes de pa
 Llom de bacallà amb samfaina
 Fruita de temporada

Dimecres

7

Mongeta tendra amb patata
 Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Amanida verda
 Fideus amb verdura i cloïsses
 logurt natural

Dijous

8

Llenties estofades amb arròs
 Calamars a la romana casolans
 Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres
 logurt natural

i per sopar...
 Sopa d'estrelletes
 Cuixes de pollastre rostit amb ceba i tomàquet
 Fruita de temporada

Divendres

9

Llacets saltats amb ceba i cansalada amb formatge ratllat
 Filet de lluç a la planxa
 Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Crema de porros
 Truita de pernil i formatge
 Fruita de temporada

12

Pèsols guisats amb patates
 Croquetes vegetals
 Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro
 logurt natural

i per sopar...
 Amanida de tomàquet amb orenga i oli
 Tonyina al forn amb patata i verdures
 Fruita de temporada

13

Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn
 Estofat de pollastre amb guarnició d'arròs blanc
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Humus amb bastonets crus de pastanaga
 Ous durs amb maionesa
 Fruita de temporada

14

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat
 Llom de salmó a la planxa
 Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Crema de pastanaga
 Conill a la planxa amb puré de patata
 Fruita de temporada

15

Sopa de lluç i crancs amb arròs
 Truita de patata i fonoll
 Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Col de Brussel·les saltejades amb pernil
 Arròs saltat amb verdures, sípia i gambes
 Fruita de temporada

16

Amanida verda amb pastanaga, olives i tonyina
 Canelons gratinats amb beixamel
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Espinacs saltat amb cigrons
 Cassó amb salseta
 Natilles casolanes

19

Arròs amb verduretes
 Hamburgueses vegetals casolanes a la planxa amb salsa de sofregit de tomàquet casolana
 Patates xips
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Amanida de canonges amb remolatxa i formatge fresc
 Cuixa de pollastre amb pebrot fregit
 logurt natural

20

Mongeta tendra amb patata
 Bunyols de bacallà
 Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Torrada de pa de pagès amb truita de formatge acompanyat de rodanxes de tomàquets amanits
 Fruita de temporada

21

Cigrons bullits amb oli d'oliva
 Saltat de magra de porc amb verdures amb salsa de soia (opcional)
 logurt natural

i per sopar...
 Mongeta verda saltada
 Rap amb salsa d'ametlles i patata al caliu
 Fruita de temporada

22

Amanida completa (enciam, tomàquet verd, pastanaga, blat de moro, pernil dolç i formatge)
 Pastís de patata, carn picada de vedella i xampinyons
 Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Sopa de verdures amb blat sarrai
 Hamburguesa a la planxa amb xampinyons
 Fruita de temporada

23

Fideuà (sípia i gambes) amb allolioli
 Ous durs amb salsa de tomàquet i cansalada
 Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
 Taronja amb suc

i per sopar...
 Amanida d'escarola amb vinagreta
 Pizza vegetal casolana
 Macedònia de fruita amb suc natural

26

Tallarines camperes amb formatge ratllat
 Ous durs amb salsa de tomàquet
 Xampinyons saltats amb all i julivert
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Crema de bròquil amb gambes i rostes de pa
 Truita cargolada
 Fruita de temporada

27

Arròs amb salsa de tomàquet
 Bacallà al forn amb verduretes
 Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Ensaladilla russa
 Conill a la planxa amb cogombre amanit
 logurt natural

28

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)
 Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Amanida verda amb fruits secs i formatge
 Albergínia farcides de salmó
 Fruita de temporada

29

Col amb patata
 Filet de gall dindi arrebossat
 Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga
 Fruita de temporada

i per sopar...
 Brou vegetal amb hortalisses.
 Tallarines amb sèpia i hortalisses
 Fruita de temporada

30

Llenties estofades amb arròs
 Truita a la francesa
 Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
 Postres d'aniversari

i per sopar...
 Brots d'enciams amb raves i api
 Biquinis casolans
 Fruita de temporada