



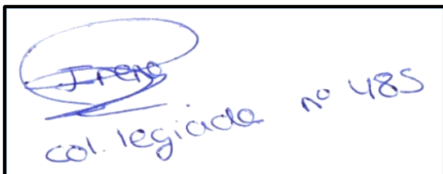
JOCS I TAULA

MENÚ SETEMBRE 2016

El nostre Menú s'elaborarà amb:

Fruites i verdures de temporada- ecològiques i/o de proximitat, Llegums -Arrossos -Pasta ecològics,
Carns i aus de Proximitat, Peix fresc del Mediterrani, Formatge Fresc de Can Pere, logurt fresc de la Fageda,
Pa acabat de fer, Salses pròpies .

<p>12</p> <p>MACARRONS BOLONYESA (pasta ECO, ceba, tomàquet, carn picada mixta i formatge)</p> <p>TRUITA I AMANIDA (ECO) (enciam, pastanaga i olives)</p> <p>logurt</p>	<p>13</p> <p>PURÉ DE LLEGUMS (ECO) (llegums i verdures variats)</p> <p>HAMBURGUESA PLANXA I AMANIDA (ECO) (enciam, tomàquet i germinats)</p> <p>Fruita</p>	<p>14</p> <p>ARROS TRES DELICIES (arròs ECO, tonyina, blat de moro i olives)</p> <p>CROQUETES DE POLL. I AMANIDA (ECO) (enciam, pastanaga i col llombarda)</p> <p>Fruita</p>	<p>15</p> <p>PATATA I VERDURA (patata i mongeta verda ECO)</p> <p>BACALLA AL FORN AMB SAMFAINA (ECO) (all, ceba, tomàquet, albergínia, i carbassó)</p> <p>Fruita</p>	<p>16</p> <p>SOPA DE BROU (pasta i vegetals ECO, carn mixta i pollastre)</p> <p>BROTXETES DE POLLASTRE I AMANIDA (enciam, tomàquet i blat de moro)</p> <p>Fruita</p>
<p>19</p> <p>ARRÒS AMB TOMÀQUET (arròs ECO i tomàquet)</p> <p>CALAMAR ANDALUSA I AMANIDA (ECO) (enciam, col llombarda i tomàquet)</p> <p>Fruita</p>	<p>20</p> <p>SOPA VEGETAL (api, pastanaga, ceba, porro, xirivia, patata)</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AMB PATATES ROSSES</p> <p>Fruita</p>	<p>21</p> <p>PATATA I VERDURA (patata, bledes ECO)</p> <p>LLOM AMB HUMMUS (ECO) (cigrons, all, sèsam, llimona, oli d'oliva i julivert)</p> <p>Fruita</p>	<p>22</p> <p>ESPAGUETIS PESTO (ECO) (alfàbrega, pinyons, all, oli oliva i formatge Parmesà)</p> <p>LLUÇ AMB AMANIDA (enciam, pastanaga, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>23</p> <p>EMPEDRAT (ECO) (fesols, tomàquet, ceba, pebrot)</p> <p>TRUITA DE TONYINA AMANIDA DE MARISC (enciam, blat de moro, cranc i gambetes)</p> <p>Fruita</p>
<p>26</p> <p>FIDEUÀ (pasta ECO, ceba, tomàquet, all, julivert, marisc i brou de peix)</p> <p>CROQUETES DE POLL. I AMANIDA (ECO) (enciam, germinats i pastanaga)</p> <p>Fruita</p>	<p>27</p> <p>LLENTIES ESTOFADES (llenties ECO, ceba, tomàquet, pastanaga, all, llorer, xoriço de ferradura D.O. Rioja)</p> <p>PASTIS DE TRUITA AL FORN I AMANIDA (enciam, tomàquet, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>28</p> <p>CREMA DE VERDURES (carbassó, ceba, patata, bleda i espinacs i porro)</p> <p>POLLASTRE AL FORN AMB PATATES ROSSES</p> <p>logurt</p>	<p>29</p> <p>SOPA DE BROU (pasta i vegetals ECO, carn mixta i pollastre)</p> <p>MANDONGUILLES AMB VERDURETES (carn mixta, ceba, tomàquet, pastanaga i pèsols)</p> <p>Fruita</p>	<p>30</p> <p>PATATA I VERDURA (patata, espinacs i ECO)</p> <p>PEIX FRESC AMB AMANIDA (enciam, tomàquet i blat de moro)</p> <p>Fruita</p>



facebook

Voleu veure quins menjars tan bons fem per els vostres fills?
Seguiu-nos al Facebook: La Cuina De Jocs I Taula

MENÚ SETEMBRE 2016

Consell dietètic: Per equilibrar el dia podeu sopar.....

DATA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
12 al 16 Setembre	Llegum + verdura/peix blau. Fruita	Pasta + amanida/ llom. Fruita	Llegum + verdura/ truita. Fruita	Arròs + amanida/pollastre. Fruita	Arròs/ amanida + vedella. Fruita
19 al 23 Setembre	Cuscús + verdura/gall d'indi. Fruita	Llegum + amanida/truita. Fruita	Arròs + peix blau/verdura. Fruita	Pasta/amanida + pollastre. Fruita	Verdura + patata/llom. Fruita
26 al 30 Setembre	Llegum/salsitxes + verdura. Fruita	Pasta/verdura + peix. Fruita	Verdura + arròs/ peix blau. Fruita	Pasta + amanida/pollastre. Fruita	Llegum + conill/amanida. Fruita