

MENÚ RICA EN FIBRA ABRIL 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/000651

ESCOLA PAU VILA PARETS

	Del 2 al 6 d'abril	Del 9 al 13 d'abril	Del 16 al 20 d'abril	Del 23 al 27 d'abril	30 d'abril
DILLUNS	FESTIU	ARRÒS AMB VERDURES CROQUETES DE PERNIL amb enciam i tomàquet <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	VERDURA TRICOLOR CALAMARS A L'ANDALUSA amb enciam i pastanaga <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	*MENÚ LITERARI: SOPA DE LLETRES LLIBRETS DE LLOM Amb enciam i tomàquet MILFULLES DE FRUITA	FESTIU
DIMARTS	TALLARINES AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	AMANIDA DE LLACETS GALL D'INDI A LA LLIMONA Amb enciam i tomàquet <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	MACARRONS BOLONYESA VEDELLA ESTOFADA AMB VERDURES <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	ARRÒS A LA NAPOLITANA LLENGUADINA AL FORN amb amanida <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	
DIMECRES	MONGETA TENDRA AMB PATATA MANDONGUILLES MIXTES a la jardineria <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	MONGETA BLANCA SALTEJADA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN amb llit de ceba <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	ARRÒS MARINER BACALLÀ AL FORN amb enciam i olives <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	ESPAGUETIS A LA CARBONARA POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS amb enciam i pastanaga <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	
DIJOUS	LLENTIES ESTOFADES GALL D'INDI GUISAT amb ceba i xampinyons <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS POLLASTRE ARREBOSSAT amb enciam amanit <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	AMANIDA DE LLENTIES HAMBURGUESA DE POLLASTRE amb xips TASTET DEL MES: <i>Hummus</i> <i>Pa INTEGRAL i macedònia de fruita fresca</i>	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS GALL D'INDI A LA PLANXA amb patata al caliu <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	
DIVENDRES	AMANIDA DE PATATA BACALLÀ AL FORN amb tomàquet amanit <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	MONGETA VERDA AMB PATATA BOTIFARRA A LA PLANXA amb enciam i tomàquet <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS TRUITA DE PATATES Amb enciam i tomàquet <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	MONGETES SEQUES ESTOFADES SALSITXES D'AU amb tomàquet amanit <i>Pa INTEGRAL i fruita del temps</i>	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, llenties i mongetes seques, arròs, pasta, l'oli d'amanir i, un cop per mes, el iogurt.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat

Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda

Les carns que oferim són de granges de proximitat

***TASTET DEL MES:** Hummus // ***MENÚ LITERARI 23 d'Abril:** diada de SANT JORDI.

Segueix-nos a les xarxes socials
Descobreix cada mes el consell nutricional a blog.teno.cat



MENÚ SENSE GLUTEN ABRIL 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/000651

ESCOLA PAU VILA PARETS

	Del 2 al 6 d'abril	Del 9 al 13 d'abril	Del 16 al 20 d'abril	Del 23 al 27 d'abril	30 d'abril
DILLUNS	FESTIU	ARRÒS AMB VERDURES PEIX PLANXA amb enciam i tomàquet Pa S/GLUTEN i iogurt	VERDURA TRICOLOR PEIX PLANXA amb enciam i pastanaga Pa S/GLUTEN i iogurt	*MENÚ LITERARI: SOPA DE LLETRES S/GLUTEN LLOM A LA PLANXA Amb enciam i tomàquet MILFULLES* DE FRUITES	FESTIU
DIMARTS	TALLARINES S/GLUTEN AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga Pa S/GLUTEN i fruita del temps	AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN GALL D'INDI A LA LLIMONA Amb enciam i tomàquet Pa S/GLUTEN i fruita del temps	MACARRONS S/GLUTEN BOLONYESA* VEDELLA* ESTOFADA AMB VERDURES Pa S/GLUTEN i fruita del temps	ARRÒS A LA NAPOLITANA LLENGUADINA AL FORN amb amanida Pa S/GLUTEN i fruita del temps	
DIMECRES	MONGETA TENDRA AMB PATATA MANDONGUILLES* MIXTES a la jardineria Pa S/GLUTEN i fruita del temps	MONGETA BLANCA SALTEJADA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN amb llit de ceba Pa S/GLUTEN i fruita del temps	ARRÒS MARINER BACALLÀ AL FORN amb enciam i olives Pa S/GLUTEN i fruita del temps	ESPAGUETIS S/GLUTEN A LA CARBONARA* POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS amb enciam i pastanaga Pa S/GLUTEN i fruita del temps	
DIJOUS	LLENTIES ESTOFADES GALL D'INDI GUISAT amb ceba i xampinyons Pa S/GLUTEN i fruita del temps	CREMA DE CARBASSÓ S/CROSTONS POLLASTRE PLANXA amb enciam amanit Pa S/GLUTEN i fruita del temps	AMANIDA DE LLENTIES HAMBURGUESA* DE POLLASTRE amb xips S/GLUTEN TASTET DEL MES: Hummus* Pa S/GLUTEN i macedònia de fruita fresca	CREMA DE VERDURES S/CROSTONS GALL D'INDI A LA PLANXA amb patata al caliu Pa S/GLUTEN i fruita del temps	
DIVENDRES	AMANIDA DE PATATA BACALLÀ AL FORN amb tomàquet amanit Pa S/GLUTEN i fruita del temps	MONGETA VERDA AMB PATATA BOTIFARRA A LA PLANXA amb enciam i tomàquet Pa S/GLUTEN i fruita del temps	CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS TRUITA DE PATATES Amb enciam i tomàquet Pa S/GLUTEN i fruita del temps	MONGETES SEQUES ESTOFADES SALSITXES* D'AU amb tomàquet amanit Pa S/GLUTEN i fruita del temps	

***TOTS ELS INGREDIENTS ES COMPROVARÀ QUE NO CONTINGUIN GLUTEN. ELS FREGITS ES FARAN A PART

*TASTET DEL MES: Hummus // *MENÚ LITERARI 23 d'Abril: diada de SANT JORDI.

MENÚ SENSE PORC ABRIL 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/000651

ESCOLA PAU VILA PARETS

	Del 2 al 6 d'abril	Del 9 al 13 d'abril	Del 16 al 20 d'abril	Del 23 al 27 d'abril	30 d'abril
DILLUNS	FESTIU	ARRÒS AMB VERDURES CROQUETES DE FORMATGE amb enciam i tomàquet Pa i iogurt	VERDURA TRICOLOR CALAMARS A L'ANDALUSA amb enciam i pastanaga Pa i iogurt	*MENÚ LITERARI: SOPA DE BROU D'AU AMB LLETRES PEIX PLANXA amb enciam i tomàquet MILFULLES* AMB XOCOLATA	FESTIU
DIMARTS	TALLARINES AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	AMANIDA DE LLACETS GALL D'INDI A LA LLI MONA Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	MACARRONS BOLONYESA VEDELLA ESTOFADA AMB VERDURES Pa i fruita del temps	ARRÒS A LA NAPOLITANA LLENGUADINA AL FORN amb amanida Pa i fruita del temps	
DIMECRES	MONGETA TENDRA AMB PATATA MANDONGUILLES VEDELLA a la jardineria Pa i fruita del temps	MONGETA BLANCA SALTEJADA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN amb lli t de ceba Pa i fruita del temps	ARRÒS MARINER BACALLÀ AL FORN amb enciam i olives Pa i fruita del temps	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	
DIJOUS	LLENTIES ESTOFADES GALL DINDI GUISAT amb ceba i xampinyons Pa i fruita del temps	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS POLLASTRE ARREBOSSAT amb enciam amanit Pa i fruita del temps	AMANIDA DE LLENTIES HAMBURGUESA DE POLLASTRE amb xips TASTET DEL MES: Hummus Pa i macedònia de fruita fresca	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS GALL DINDI A LA PLANXA amb patata al caliu Pa i fruita del temps	
DIVENDRES	AMANIDA DE PATATA BACALLÀ AL FORN amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps	MONGETA VERDA AMB PATATA SALSITXES D'AU A LA PLANXA amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS TRUITA DE PATATES Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	MONGETES SEQUES ESTOFADES SALSITXES D'AU amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, lleties i mongetes seques, arròs, pasta, l'oli d'amanir i, un cop per mes, el iogurt.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat

Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda

Les carns que oferim són de granges de proximitat

***TASTET DEL MES:** Hummus // ***MENÚ LITERARI 23 d'Abril:** diada de SANT JORDI.

Segueix-nos a les xarxes socials
Descobreix cada mes el consell nutricional a blog.teno.cat



MENÚ SENSE CRUSTACIS ABRIL 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/000651

ESCOLA PAU VILA PARETS

	Del 2 al 6 d'abril	Del 9 al 13 d'abril	Del 16 al 20 d'abril	Del 23 al 27 d'abril	30 d'abril
DILLUNS	FESTIU	ARRÒS AMB VERDURES CROQUETES DE PERNIL amb enciam i tomàquet Pa i iogurt	VERDURA TRICOLOR CALAMARS A L'ANDALUSA amb enciam i pastanaga Pa i iogurt	*MENÚ LITERARI: SOPA DE LLETRES LLIBRETS DE LLOM Amb enciam i tomàquet MILFULLES AMB XOCOLATA	FESTIU
DIMARTS	TALLARINES AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	AMANIDA DE LLACETS GALL D'INDI A LA LLI MONA Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	MACARRONS BOLONYESA VEDELLA ESTOFADA AMB VERDURES Pa i fruita del temps	ARRÒS A LA NAPOLITANA LLENGUADINA AL FORN amb amanida Pa i fruita del temps	
DIMECRES	MONGETA TENDRA AMB PATATA MANDONGUILLES MIXTES a la jardinera Pa i fruita del temps	MONGETA BLANCA SALTEJADA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN amb lliit de ceba Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB VERDURES BACALLÀ AL FORN amb enciam i olives Pa i fruita del temps	ESPAGUETIS A LA CARBONARA POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	
DIJOUS	LLENTIES ESTOFADES GALL DINDI GUISAT amb ceba i xampinyons Pa i fruita del temps	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS POLLASTRE ARREBOSSAT amb enciam amanit Pa i fruita del temps	AMANIDA DE LLENTIES HAMBURGUESA DE POLLASTRE amb xips TASTET DEL MES: Hummus Pa i macedònia de fruita fresca	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS GALL DINDI A LA PLANXA amb patata al caliu Pa i fruita del temps	
DIVENDRES	AMANIDA DE PATATA* BACALLÀ AL FORN amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps	MONGETA VERDA AMB PATATA BOTIFARRA A LA PLANXA amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS TRUITA DE PATATES amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	MONGETES SEQUES ESTOFADES SALSITXES D'AU amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps	

****TOTS ELS INGREDIENTS ES COMPROVARÀ QUE NO CONTINGUIN CRUSTACIS

*TASTET DEL MES: Hummus // *MENÚ LITERARI 23 d'Abril: diada de SANT JORDI.