

MENÚ 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 Sopar: verdura i peix blanc	AMANIDA DE LLACETS GALL D'INDI A LA LLIMONA Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps Sopar: verdura i ou	MACARRONS BOLONYESA VEDELLA ESTOFADA AMB VERDURES Pa i fruita del temps Sopar: verdura i llegum	Sopar: verdura i peix blanc ARRÒS A LA NAPOLITANA LLENGUADINA AL FORN amb amanida Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	
DIMECRES	MONGETA TENDRA AMB PATATA MANDONGUILLES MIXTES a la jardinera Pa i fruita del temps Sopar: pasta i ou	MONGETA BLANCA SALTEJADA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN amb llit de ceba Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	ARRÒS MARINER BACALLÀ AL FORN amb enciam i olives Pa i fruita del temps Sopar: verdura i ou	ESPAGUETIS A LA CARBONARA POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	
DIJOUS	LLENTIES ESTOFADES GALL D'INDI GUISAT amb ceba i xampinyons Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS POLLASTRE ARREBOSSAT amb enciam amanit Pa i fruita del temps Sopar: arròs i peix blanc	AMANIDA DE LLENTIES HAMBURGUESA DE POLLASTRE amb xips TASTET DEL MES: Hummus Pa i macedònia de fruita fresca Sopar: verdura i peix blanc	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS GALL D'INDI A LA PLANXA amb patata al caliu Pa i fruita del temps Sopar: arròs i llegum	
DIVENDRES	AMANIDA DE PATATA BACALLÀ AL FORN amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps Sopar: verdura i llegum	MONGETA VERDA AMB PATATA BOTIFARRA A LA PLANXA amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps Sopar: verdura i llegum	CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS TRUITA DE PATATES Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps Sopar: pasta i peix blanc	MONGETES SEQUES ESTOFADES SALSITXES D'AU amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps Sopar: verdura i ou	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, lletnies i mongetes seques i 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

