



Endevina què sóc jo. Com més fresc, més calent sóc.

## IES EL TIL.LER MENÚ MENJADOR ESCOLAR

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>03</b> <b>Amanida de pasta</b> (amb tonyina, blat de moro, olives tomàquet) <b>Ous gratinats al forn</b> amb tomàquet i enciam amb soja <b>Peça de fruita d'intercanvi</b>	<b>04</b> <b>Cigrons estofats amb verduretes</b> <b>Calamar en tempura</b> de Ca la Mari de Sant Antoni i enciam de Roure <b>logurt La Fageda</b>	<b>05</b> <b>Arròs amb salsa de samfaina</b> (pebrot verd, vermell, albergínia i carbassó) <b>Botifarra al forn</b> no patates xips i amanida variada <b>Peça de fruita</b>	<b>06</b> <b>Sopa de brou amb fideus</b> <b>Pollastre a l'estil</b> de la Petri de La Torreta i enciam meravella <b>Peça de fruita</b>	<b>07</b> <b>Verdura de temporada</b> <b>Peix blanc al forn</b> amb herbetes i enciam i olives <b>Peça de fruita</b>
<b>10</b> <b>Llenties pardines estofades amb verduretes</b> <b>Vegennuguet de tofu i formatge</b> al forn i meravella i olives <b>logurt d'ovella la Cleda</b>	<b>11</b> <b>Verdura de temporada amb rajolí d'oli</b> <b>Fricandó de Vedella</b> amb bolets i amanida <b>Peça de fruita d'intercanvi</b>	<b>12</b> <b>FESTA</b>	<b>13</b> <b>Cous cous amb verduretes i curry</b> <b>Tires de pollastre amb cebeta</b> i enciam de Roure i coqombre <b>Peça de fruita</b>	<b>14</b> <b>Crema de porros</b> <b>Arròs a la cassola</b> (amb costella i salsitxes) i enciam meravella <b>Peça de fruita</b>
<b>17</b> <b>Espirals amb tomàquet i formatge</b> <b>Truita de carbassó</b> i enciam i cogombre <b>Peça de fruita d'intercanvi</b>	<b>18</b> <b>Puré de carbassa amb rostes</b> <b>Peix al forn a l'estil de la Mari de Colors</b> i enciam i olives <b>Peça de fruita</b>	<b>19</b> <b>Estofat de Mongeta de Santa Pau amb verduretes</b> <b>Pollastre el rei del Galliner</b> al forn amb suquet i amanida amb tomàquet <b>logurt La Fageda</b>	<b>20</b> <b>Trinxat de Col i patata</b> <b>llom arrebossat</b> amb xampinyons i enciam de Roure <b>Peça de fruita</b>	<b>21</b> <b>Arròs amb sofregit de tomàquet, pebrot i ceba</b> <b>Salsitxes de conill</b> amb patates xips i amanida variada <b>Peça de fruita d'intercanvi</b>
<b>24</b> <b>Verdura variada amb oli d'oliva</b> <b>Croquetes Casolanes</b> al forn amb amanida variada <b>Peça de fruita</b>	<b>25</b> <b>Espagueti a la Bolonyesa amb picada vegetal i tomàquet</b> <b>Peix al forn amb lilitet de tomàquet i ceba</b> i enciam de Roure i coqombre <b>Peça de fruita d'intercanvi</b>	<b>26</b> <b>Arròs amb tomàquet</b> <b>Hamburguesa de vedella</b> amb escarola <b>Peça de fruita</b>	<b>27</b> <b>Crema de verdures</b> <b>Fideus a la cassola</b> (calamars, gamba pelada, petxines ..) amb amanida de tomàquet <b>Peça de fruita</b>	<b>28</b> <b>Escudella barrejada amb pilotetes i cigrons</b> <b>Remenat d'ou</b> amb pernil dolç i formatge amb enciam de Roure <b>logurt grec del Berquedà</b>
<b>31</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>● EL 95% DEL NOSTRE PRODUCTE ÉS DE PROXIMITAT I/O ECOLÒGIC (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics, etc.)</li> <li>● EL 95% DEL NOSTRE PEIX ÉS FRESC</li> <li>● LAS CARNS I EL POLLASTRE SÓN DE GRANGES DE PROXIMITAT</li> </ul>	