

MENUS

633 - GARBI, CEE (El Vendrell)

Menú Base Escoles PDJ-B - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	2 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Fruita de temporada	3 Mongeta tendra amb patata Cruixents de pollastre arrebossat casolans Rodanxetes de tomàquet, olives negres i amanides amb oli d'oliva i orenga Fruita de temporada	4 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Fruita de temporada	5 DIA FESTIU
8 DIA FESTIU	9 Pèsols estofats Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Fruita de temporada	10 Cigrons estofats amb espinacs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Fruita de temporada	11 Sopa d'au amb arròs Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	12 Coliflor gratinada amb beixamel Filet de gall dindi arrebossat Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres logurt natural
15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i fonoll Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	16 Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Fruita de temporada	17 Amanida de tomàquet, olives negres, orenga i formatge fresc Fideuà de peix amb salsa allioli Fruita de temporada	18 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga Fruita de temporada	19 Caldo de nadal amb galets Pollastre de Nadal amb panses i prunes Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons
22	23	24	25 DIA FESTIU	26 DIA FESTIU
29	30	31		

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636


Menú s/carn Escoles PDJ-B - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga iogurt natural	2 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Fruita de temporada	3 Mongeta tendra amb patata Fregidets d'abadejo Rodanxetes de tomàquet, olives negres i amanides amb oli d'oliva i orenga Fruita de temporada	4 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Fruita de temporada	5 DIA FESTIU
8 DIA FESTIU	9 Pèsols estofats Truita a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Fruita de temporada	10 Cigrons estofats amb espinacs Bacallà al forn amb verdures Fruita de temporada	11 Sopa vegetal amb arròs Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	12 Coliflor gratinada amb beixamel Bastonets de lluç arrebossats Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres iogurt natural
15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i fonoll Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	16 Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Filet de lluç al forn amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Fruita de temporada	17 Amanida de tomàquet, olives negres, orenga i formatge fresc Fideuà de peix amb salsa allioli Fruita de temporada	18 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga Fruita de temporada	19 Brou de verdures amb galets Llom de bacallà amb salsa de tomàquet Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons
22	23	24	25 DIA FESTIU	26 DIA FESTIU
29	30	31		

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/gluten Escoles PDJ-B - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/g) Truita de verdures Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga iogurt natural	2 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa (s/g) Llenties estofades amb patates Fruita de temporada	3 Mongeta tendra amb patata Cruixents de pollastre arrebossats (s/g) Rodanxetes de tomàquet, olives negres i amanides amb oli d'oliva i orenga Fruita de temporada	4 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Fruita de temporada	5 DIA FESTIU
8 DIA FESTIU	9 Pèsols estofats Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Fruita de temporada	10 Cigrons estofats amb espinacs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Fruita de temporada	11 Sopa d'au amb arròs Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	12 Coliflor amb patata Filet de gall dindi arrebossat (s/g i s/o) Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres iogurt natural
15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i fonoll Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	16 Crema de carbassó amb rostes de pa (s/g) Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn Fruita de temporada	17 Amanida de tomàquet, olives negres, orenga i formatge fresc Fideuà de peix (s/g i s/o) amb salsa allioli Fruita de temporada	18 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga Fruita de temporada	19 Caldo de nadal amb galets (s/g i s/o) Pollastre al forn amb ceba Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons (s/al.lèrgens)
22	23	24	25 DIA FESTIU	26 DIA FESTIU
29	30	31		

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Triturat, s/carn, s/llegums (i s/iogurt)

Escoles PDJ-B - Desembre

7itria.cat

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Sèmola de blat amb verdures Ou Gelatina de maduixa	2 Crema de pastanaga i carbassa Peix al forn Fruita de temporada	3 Crema de patates Ou Fruita de temporada	4 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Fruita de temporada	5 DIA FESTIU
8 DIA FESTIU	9 Saltat de verdures Ou Fruita de temporada	10 Purè de patata, pastanaga i porro Peix al forn Fruita de temporada	11 Sèmola d'arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Fruita de temporada	12 Crema de coliflor, ceba i patata Ou Gelatina de maduixa
15 Arròs amb verdures Ou Fruita de temporada	16 Crema de carbassó Peix al forn Fruita de temporada	17 Crema de verdures de temporada Filet de lluç Fruita de temporada	18 Brou de verdures amb sèmola de blat Peix fresc de Mercat Fruita de temporada	19 Arròs amb verdures Ou Fruita de temporada
22	23	24	25 DIA FESTIU	26 DIA FESTIU
29	30	31		

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Vegetarià Escoles PDJ-B - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Macarrons a la napolitana Remenat de tofu fumat amb patata i ceba Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt de soia	2 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Fruita de temporada	3 Mongetes seques estofades amb pastanagues Tempeh a la planxa Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	4 Arròs amb verdures Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Fruita de temporada	5 DIA FESTIU
8 DIA FESTIU	9 Pèsols estofats Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Fruita de temporada	10 Coliflor amb patata Croquetes vegetals Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres logurt de soia	11 Sopa vegetal amb arròs Remenat de tofu fumat amb verdures Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	12 Saltat d'arròs amb ceba i xampinyons Cigrons estofats amb espinacs Fruita de temporada
15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Tempeh a la planxa Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	16 Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Remenat de tofu fumat amb xampinyons Patates a grills al forn amb espècies Fruita de temporada	17 Llenties estofades amb patates Hamburguesa vegetal a la planxa Tomàquet amanit amb orenga Fruita de temporada	18 Llenties estofades amb patates Formatge vegà Tomàquet amanit amb orenga Fruita de temporada	19 Caldo vegetal amb galets Seità rostit amb panses i prunes Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons
22	23	24	25 DIA FESTIU	26 DIA FESTIU
29	30	31		

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens