

MENUS

633 - GARBI, CEE (El Vendrell)

Menú Base Escoles PDJ-B - Març

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pèsols guisats amb patates Trita de patata i fonoll Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	3 Sopa de galets petits i cigrons Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	4 Espaguetis integrals a la napolitana amb formatge ratllat Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Fruita de temporada	5 Coliflor gratinada amb beixamel Peix fresc de Mercat Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada	6 Paella mixta d'arròs (pollastre, sípia i gambes) Croquetes d'espínacs Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua, pastanaga ratllada i olivetes negres logurt natural
9 Macarrons a la bolonyesa vegetal Nuggets de bròquil i formatge Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada	10 Amanida juliana de colors Cigrons amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	11 Llenties estofades Trita de pernil cuit Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	12 Risotto integral de formatges Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	13 Col amb patata Cuixa de pollastre a la planxa Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada
16 Sopa amb arròs integral Trita de verdures Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana logurt natural	17 Mongetes seques estofades amb pastanagues Calamars a la romana Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada	18 Cigrons bullits amb oli d'oliva Pollastre al forn amb ceba Fruita de temporada	19 Tallarines integrals camperes amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	20 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de temporada
23 Fideuà (sípia i gambes) amb allioli Croquetes de cigró casolanes amb salsa tzatziki Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Fruita de temporada	24 Bròquil amb patata Gall dindi guisat a la jardinera Fruita de temporada	25 Crema de pastanaga amb rostos de pa al forn Cruixents de pollastre arrebossat casolans Patates a grills al forn amb espècies Fruita de temporada	26 Arròs integral amb verdures Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	27 Llenties estofades Trita de patata i ceba Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana Postres d'aniversari
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 - Març

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pèsols guisats amb patates Truita de patata i fonoll Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	3 Sopa vegetal amb galets petits i cigrons Filet de peix amb mongeta tendra i pastanagues saltades Fruita de temporada	4 Espaguetis integrals a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits Fruita de temporada	5 Coliflor gratinada amb beixamel Peix fresc de Mercat Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada	6 Arròs amb verdures Croquetes d'espínacs Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua, pastanaga ratllada i olivetes negres logurt natural
9 Macarrons a la bolonyesa vegetal Nuggets de bròquil i formatge Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada	10 Amanida juliana de colors Cigrons amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	11 Llenties estofades Truita a la francesa Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	12 Risotto integral de formatges Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	13 Col amb patata Filet de lluç a la planxa Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada
16 Sopa vegetal amb arròs Truita de verdures Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana logurt natural	17 Mongetes seques estofades amb pastanagues Calamars a la romana Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada	18 Cigrons bullits amb oli d'oliva Truita a la francesa Enciams variats amanits Fruita de temporada	19 Tallarines integrals camperes amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	20 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Filet de peix a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de temporada
23 Fideuà (sípia i gambes) amb allioli Croquetes de cigró casolanes amb salsa tzatziki Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Fruita de temporada	24 Bròquil amb patata Truita a la francesa Enciams variats amanits Fruita de temporada	25 Crema de pastanaga amb rostes de pa al forn Fregidets d'abadejo Patates a grills al forn amb espècies Fruita de temporada	26 Arròs integral amb verdures Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	27 Llenties estofades Truita de patata i ceba Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana Postres d'aniversari
30	31			

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

Menú s/gluten Escoles PDJ-B - Març

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Pèsols guisats amb patates Trita de patata i fonoll Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	Sopa de galets petits i cigrons (s/o i s/g) Mandonguilles de vedella a la jardineria (s/g) Fruita de temporada	Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat (s/g i s/o) Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Fruita de temporada	Coliflor amb patata Peix fresc de Mercat Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada	Paella mixta d'arròs (pollastre, sípia i gambes) Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua, pastanaga ratllada i olivetes negres logurt natural
Macarrons a la bolonyesa vegetal (s/g i s/o) Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada	Amanida juliana de colors Cigrons amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	Llenties estofades Trita de pernil cuit Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	Risotto integral de formatges Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	Col amb patata Cuixa de pollastre a la planxa Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada
Sopa amb arròs integral Trita de verdures Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana logurt natural	Mongetes seques estofades amb pastanagues Abadejo enfarinat (s/g i s/o) Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada	Cigrons bullits amb oli d'oliva Pollastre al forn amb ceba Fruita de temporada	Tallarines integrals campestres amb formatge ratllat (s/g i s/o) Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	Mongeta tendra amb pastanaga i patates Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de temporada
Fideuà (sípia i gambes) (s/g i s/o) amb allioli Croquetes de cigró casolanes amb salsa tzatziki (s/g) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Fruita de temporada	Bròquil amb patata Gall dindi guisat a la jardineria (s/g) Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb rostes de pa (s/g) Cruixents de pollastre arrebossats (s/g) Patates a grills al forn Fruita de temporada	Arròs integral amb verdures Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	Llenties estofades Trita de patata i ceba Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana Postres d'aniversari (s/al.lèrgens)

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

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

Escoles PDJ-B - Març

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Crema de carbassa Ou Fruita de temporada	3 Caldo de verdures amb sèmola de blat Peix al forn Fruita de temporada	4 Crema de verdures de temporada Filet de lluç Fruita de temporada	5 Brou de verdures amb sèmola de blat Peix fresc de Mercat Fruita de temporada	6 Arròs amb verduretes Peix al forn Gelatina de maduixa
9 Crema de verdures de temporada Peix al forn Fruita de temporada	10 Arròs amb verduretes Ou Fruita de temporada	11 Brou de verdures amb sèmola de blat Peix al forn Fruita de temporada	12 Caldo de verdures amb sèmola de blat Peix fresc de Mercat Gelatina de maduixa	13 Crema de bròquil, patata i pastanaga Ou Fruita de temporada
16 Crema de verdures de temporada Ou Fruita de temporada	17 Bledes amb patata Peix al forn Gelatina de maduixa	18 Crema de verdures de temporada Ou Fruita de temporada	19 Sèmola d'arròs amb verduretes Peix fresc de Mercat Fruita de temporada	20 Arròs amb verduretes Ou Fruita de temporada
23 Arròs amb verduretes Ou Fruita de temporada	24 Saltat de verdures Peix al forn Fruita de temporada	25 Crema de carbassa Ou Fruita de temporada	26 Sèmola de blat amb verduretes Peix fresc de Mercat Fruita de temporada	27 Verdura de temporada amb patata Ou Fruita de temporada
30	31			

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

Menú Vegetarià Escoles PDJ-B - Març

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Pèsols guisats amb patates Tempeh a la planxa Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana Fruita de temporada	Sopa vegetal amb galets petits i cigrons Remenat de tofu fumat amb xampinyons Fruita de temporada	Espaguetis integrals a la napolitana s/l Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada	Coliflor amb patata Arròs i lleties bullides amb oli d'oliva Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada	Paella vegetal d'arròs (hortalisses i seità) Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua, pastanaga ratllada i olivetes negres logurt de soia
Macarrons a la bolonyesa vegetal (s/l) Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada	Amanida juliana de colors (s/peix) Cigrons amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	Lleties estofades Hamburguesa vegetal a la planxa Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	Arròs amb verdures Tempeh a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt de soia	Col amb patata Lleties bullides amb oli d'oliva Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada
Sopa vegetal amb arròs integral Salsitxes vegetals a la planxa Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana logurt de soia	Mongetes seques estofades amb pastanagues Tofu fumat amb ceba, all i lloret Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada	Cigrons bullits amb oli d'oliva Tempeh a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada	Tallarines integrals campestres Lleties bullides amb oli d'oliva Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	Mongeta tendra amb pastanaga i patates Hamburguesa vegetal amb salsa de xampinyons Fruita de temporada
Fideuà de verdures Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Fruita de temporada	Bròquil amb patata Estofat de tempeh a la jardineria Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb rostes de pa al forn Croquetes vegetals de mill Patates a grills al forn amb espècies Fruita de temporada	Arròs integral amb verdures Hamburguesa vegetal a la planxa Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	Lleties estofades Remenat de tofu fumat amb patata i ceba Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana Postres d'aniversari (s/al.lèrgens)

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