



# Alimentació Escolar Saludable

## DIETA SENSE PORC

## OCTUBRE 2019

## CIBUS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA DE PROXIMITAT AMB CROSTONETS DE PA ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS I PATATA (sense porc ni derivats) <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	2 ARRÒS DE PROXIMITAT AMB SALSAS DE TOMÀQUET FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE I OGURT AROMATITZAT/ <sup>1</sup> PA	3 LLENTIES DE PROXIMITAT ESTOFADES AMB VERDURES (sense porc ni derivats) TRUITA D'ESPINACS I PANSÉS AMB ENCIAM, TOMÀQUET I FORMATGE <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA ECOLÒGICA/ <sup>2</sup> PA	4 SALTAT DE PASTA AMB MONIATO I BOLETS CALAMARS A LA ROMANA AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA
7 RISOTTO (ARRÒS DE PROXIMITAT) DE XAMPINYONS (sense porc ni derivats) FILET DE PALOMETÀ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA ECOLÒGICA/ <sup>2</sup> PA	8 CIGRONS DE PROXIMITAT AMB BLEDES ECOLÒGIQUES (sense porc ni derivats) REMENAT D'OU AMB ENCIAM, COGOMBRE I CEBA I OGURT NATURAL/ <sup>1</sup> PA	9 AMANIDA DE PASTA DE COLORS (blat, pastanaga, ou dur i pèsols) GALL DINDI A LA PLANXA AMB XIPS DE MONIATO CASOLANES <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	10 CREMA FREDA DE PASTANAGA I MONIATO MAGRA DE VEDELLA ROSTIDA A LA POMA <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	11 AMANIDA D'ESTIU (PATATES, COGOMBRE, OLIVES I TONYINA) (sense porc ni derivats) CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB TOMÀQUET AMANIT <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA
14 FIDEUS ECOLÒGICS COSTA BRAVA AMB ROSSELLONES I SÈPIA TRUITA D'ALBERGÍNIA I CEBA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I FORMATGE <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	15 BRÒQUIL FRESC AMB PATATA GALL DINDI ADOBAT AMB ENCIAM, COGOMBRE I OLIVES I OGURT NATURAL/ <sup>1</sup> PA	16 SOPA D'AU AMB VERDURES POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA TRES COLORS <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA ECOLÒGICA/ <sup>2</sup> PA	17 PAELLA AMB VERDURETES (ARRÒS DE PROXIMITAT) (sense porc ni derivats) FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB SALTAT DE VERDURES I MONIATO <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	18 LLENTIES DE PROXIMITAT ESTOFADES (sense porc ni derivats) MANDONGUILLES DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS (sense porc ni derivats) <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA
21 BLEDES FRESQUES AMB PATATES PIT DE GALL DINDI ARREBOSSAT CASOLÀ AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES BOLES DE MONIATO AMB CANYELLA CASOLANES (sense porc ni derivats) / <sup>2</sup> PA	22 CIGRONS DE PROXIMITAT ESTOFATS AMB VERDURES (sense porc ni derivats) POLLASTRE A LA PLANXA AMB XAMPINYONS I PATATES <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	23 ARRÒS DE PROXIMITAT BLANC AMB SALSAS DE TOMÀQUET SALMÓ AL FORN AMB VERDURES FRESQUES (carbassó, pastanaga i ceba) <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	24 PATATES A LA MARINERA AMB SÍPIA I MUSCLOS TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, COGOMBRE I CEBA <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	25 CREMA DE PASTANAGA ECOLÒGICA AMB CROSTONS DE PA PIZZA MARGARITA CASOLANA <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA ECOLÒGICA/ <sup>2</sup> PA
28 ARRÒS DE PROXIMITAT AMB SALSAS DE TOMÀQUET REMENAT D'OU AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	29 PURÉ DE VERDURES FRESQUES AMB CROSTONS DE PA MAGRA DE VEDELLA ROSTIDA AMB MONIATO <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA ECOLÒGICA/ <sup>2</sup> PA	30 LLENTIES DE PROXIMITAT AMB VERDURES (sense porc ni derivats) POLLASTRE AL FORN I AMANIDA TRES COLORS <sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA/ <sup>2</sup> PA	31 AMANIDA D'ESPIRALS ECOLÒGICS (sense porc ni derivats) FILET DE LLUÇ ARREBOSSAT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES CASTANYES/ <sup>1</sup> PA	



### LLEGGENDA

<sup>1</sup> FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA

<sup>2</sup> PA BLANC I PA INTEGRAL

MENÚS SENSE CAP PRODUCTE PRECINAT, PROCESSAT, ETC... QUE PUGUI CONTENIR PORC O DERIVATS