Grup Barnalleure
Serveis Integrals de Lleure

ESCOLA MARINADA
Menú sense fruits secs - Octubre 2023

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Espirals amb verdures a l'estil mediterrani Truita a la francesa amb enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps	3 Saltejat de mongeta i patata amb oli d'oliva Contracuixa de pollastre amb suc, acompanyada d'enciams i cogombre ratllat Fruita del temps	4 Crema de carbassa i cúrcuma Magra de porc al forn amb patata i ceba Iogurt	5 Arròs caldós amb verdures de temporada Peix fresc al forn amb all i julivert, acompanyat de brots verds i tomàquet Fruita del temps	6 Macarrons a la napolitana Cigrons cuinats amb porro i pastanaga Fruita del temps
9 Llenties estofades amb verdures de temporada Truita de patata acompanyada d'enciam i tomàquet amanit Fruita del temps	10 Sopa d'au amb fideus Daus de pollastre estofats amb verdures variades Fruia del temps	11 Arròs cuinat amb salsa de tomàquet natural i ceba Hamburguesa d'au acompanyada de brots verds i pastanaga ratllada Iogurt	12 FESTA	13 FESTA
16 Macarrons amb bolets i verdures de temporada Truita de carbassó amb brots verds i pastanaga ratllada Fruita del temps	17 Mongetes seques cuinades amb verdures i cúrcuma Hamburguesa de vedella amb enciam i tomàquet amanits Fruita del temps	18 Crema de carbassó amb encenalls de formatge Estofat d'au amb patata i ceba Iogurt	19 Paella d'arròs amb vegetals Peix fresc al forn amb salsa de tomàquet Fruita del temps	20 Brou amb pasta Pit de pollastre a l'allet amb enciam i tomàquet amanit Fruita del temps
23 Arròs a la napolitana Lluç al forn amb vinagreta de farigola, acompanyat de brots verds i pastanaga Fruita del temps	24 Crema suau de llenties vermelles amb carbassa i pastanaga Hamburguesa mixta amb amanida d'enciam i cogombre ratllat Fruita del temps	25 Menestra de verdures tricolor amb oli d'oliva Pernilets al forn amb cebetes i suc de taronja natural Iogurt	26 Trinxat de col i patata Macarrons a la napolitana Fruita del temps	27 Cigrons estofats amb espinacs i ceba Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita del temps
30 Mongeta tendra amb patates i un raig d'oli d'oliva Pernilets de pollastre rostits amb llimona, acompanats de brots verds i pastanaga Fruita del temps	31 Risotto de bolets de temporada Hamburguesa mixta al forn acompanyada de tires de boniato Natilles de xocolata			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001866. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.