

Menú setembre 2026

ReCrea

ESCOLA MONTMANY

RIC EN FIBRA, SENSE PROCESSATS NI CARN VERMELLA (MI-PE)

DILLUNS 7		DIMARTS 8		DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
		Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet		Arròs integral de l'hort (ceba, pebrot i pèsols)	Mongeta blanca estofada amb verdures (pastanaga i ceba)	
		Pollastre arrebossat amb remolatxa i pastanaga ratllada		Ventresca de lluç al forn amb rodanxes de carbassó a la planxa, i amanida	Truita de formatge amb enciam llarg i raves	FESTIU
		Fruita de temporada / Pa integral		Fruita de temporada / Pa integral	Fruita de temporada / Pa integral	
DILLUNS 14		DIMARTS 15		DIMECRES 16 ReCrea Tasta i Descobreix	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Crema de verdures de temporada		Tallarines integrals amb salsa casolana de formatges		Cigrons saltats amb carbassó i pebrot	Arròs integral al forn amb ceba, pebrot i xampinyons	Amanida de patata (tomàquet, pastanaga i ou dur)
Llenties estofades amb verdures (ceba i pastanaga)		Magra d'au a la planxa amb daus de tomàquet amanits		Truita de patata i ceba amb enciam meravella i blat de moro	Filet de llúcera al forn amb salsa de tomàquet casolana, i amanida	Pollastre arrebossat casolà amb amanida d'espínacs baby i panses
Fruita de temporada / Pa integral		Fruita de temporada / Pa integral		Sorbet de síndria / Pa integral	Fruita de temporada / Pa integral	Fruita de temporada / Pa integral
DILLUNS 21		DIMARTS 22		DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Pasta integral sofregida amb verdures		Arròs integral amb salsa casolana de tomàquet		Pèsols amb patata bullida i oli d'oliva	Amanida russa amb maionesa (opcional)	Crema de pastanaga
Truita de carbassó amb col llombarda i pastanaga amanits		Contracuixa de pollastre a les fines herbes amb enciam de tres colors		Peix fogoner al forn amb canonges, raves i pipes	Magra d'au al forn amb salsa casolana de poma	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal casolana
Fruita de temporada / Pa integral		Fruita de temporada / Pa integral		Fruita de temporada / Pa integral	Iogurt natural / Pa integral	Fruita de temporada / Pa integral
DILLUNS 28		DIMARTS 29		DIMECRES 30		
Pasta integral amb pesto casolà d'alfàbrega		Crema de porros		Arròs integral tres delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)		
Remenat d'ou i xampinyons amb tomàquet amanit i orenga		Llenties saltades amb albergínia i ceba		Daus de gall dindi marinats amb enciam, olives i vinagreta		
Fruita de temporada / Pa integral		Fruita de temporada / Pa integral		Iogurt natural / Pa integral		

• FRUITA DE TEMPORADA (PRIORITZAR FRUITES CÍTRIQUES I FRUITS DEL BOSC). PA INTEGRAL.

• TOTS ELS PLATS ESTAN AMANITS AMB OLI D'OLIVA VERGE EXTRA.



Sistema de Gestión
ISO 9001:2015
www.tuv.com
ID: 9000031793

