

Menú Base Escola Sant Jeroni - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Espinacs amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Llacets amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	DIA FESTIU	Crema de verdures de temporada amb Crostons de pa Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Amanida russa amb ou dur i olives verdes (maionesa opcional) (s/px) Bacallà a la romana Patates xips Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Llenties estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures amb Crostons de pa Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara Truita a la francesa Carbassó arrebossat Fruita de temporada	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pizza de pernil cuit i formatge mozzarella Fruita de temporada	Crema de carbassó Daus de porc amb salsa de poma Fruita de temporada	Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga) Salmó arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Crema de xocolata
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Daus de gall dindi a l'orenga Albergínia arrebossada Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb Crostons de pa Pollastre al forn Amanida d'enciam i poma Fruita de temporada			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:


Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)


Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals


Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)


Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,
entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó,
Palometa, Seitò entre d'altres


Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai@fundesplai.org

