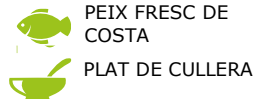


MENU SENSE LLET ESCOLA CAN BESORA · GENER 2021

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	29	30	31	1
4	5	6	7	8
-Llenties estofades amb naps i xirivies -Arròs integral amb s/de carbassa i tomàquet -Gelatina de fruita 	-Mill amb salsa de tomàquet i pastanaga -Truita de patata i calçots amb amanida -Fruita	-Patata i bròquil al vapor -Gall d'indi amb mostassa i amanida -Fruita	-Crema d'api-rave i porros -Botifarra amb patates braves casolanes -Fruita	-Fusillis amb s/ de remolatxa, tomàquet i carbassa caramelitzada -Bunyols casolans de bacallà amb amanida -Fruita
-Sopa de peix amb arròs integral -Truita de patata i carbassa amb amanida -Fruita 	-Hummus amb pa de pitta i bastonets de pastanaga -Macarrons amb coliflor i salsa vegetal s/llet -Gelatina de fruita	-Llenties estofades -Pizza casolana de verdures i tonyina amb amanida -Fruita	-Patata i bleada al vapor -Peix fresc s/mercat -Fruita 	-Crema de carbassa -Estofat de vedella amb grapat de mill -Fruita
-Fideuà de verdures -Truita d'espinaçs i patates amb amanida -Fruita	-Crema de porros -Bacallà i cigrons gratinats amb musselina d'all -Fruita	- Estofat de mongeta del ganxet -Arròs integral amb s/ de drac de Can Besora -Gelatina de fruita	-Patata i coliflor -Estofat de cap de llom -Fruita	-Llenties amb verdures -Croquetes de mill i xampinyons s/llet amb amanida -Fruita
25	26	27	28	29



Menú elaborat per Vatia l'Olla i revisat per Martí Marina (dietista col·legiat núm. CAT/01262)
Cada dia se servirà pa elaborat amb farina semintegral ecològica del Forn Prats.
Les nostres verdures, fruita, els llegums, la pasta i l'arròs son de producció ecològica i de proximitat.
Els iogurts i els ous són frescos i de producció ecològica i de proximitat
La carn vermella té la certificació IGP "Vedella dels Pirineus Catalans". El peix fresc prové de les costes del Garraf. Cuinem i amanim amb oli d'oliva arbequina de les comarques de Tarragona. El sucre és de canya i de comerç just
PODEU CONSULTAR LA PREVISIÓ DE PEIX FRESC I DE FRUITA AL NOSTRE WEB
www.vatualolla.cat

VATUA
L'OLLA
 cuina escolar