

# menú

OCTUBRE/NOVEMBRE/DESEMBRE

ESCOLA: CASSIÀ COSTAL

**DILLUNS 3 OCT/28 NOV**

Arròs amb tomata  
**Oct:** Bunyols de bacallà amb enciam i blat de moro  
**Nov:** Croquetes de bacallà amb enciam i pastanaga  
Fruita de temporada

**DIMARTS 4 OCT/ 29 NOV**

Crema de carbassa  
Pollastre al forn amb salsa fina de pastanaga, ceba i all  
  
Fruita de temporada

**DIMECRES 5 OCT/2 i 30 NOV**

Llentíes ECO guisades a foc lent amb verdures  
Trita francesa amb enciam i tomata amanida  
  
logurt ECO

**DIJOUS 6 OCT/3 NOV/1 DES**

Espaguetis ECO amb salsa casolana de tomata  
Fogoner al forn amb salseta de ceba, all i julivert  
  
Fruita de temporada

**DIVENDRES 7 OCT/4 NOV/2 DES**

**Oct:** Ensaladilla russa  
**Nov i Des:** Mongeta tendra, patata bullida i pastanaga amb un raig d'oli d'oliva  
Salsitxes al forn amb tomata  
Fruita de temporada

**DILLUNS 10 OCT/7 NOV**

Fideus a la cassola amb sípia i verdures  
Amanida complerta (enciam, tomata, pastanaga, magrana i olives)  
Fruita de temporada

**DIMARTS 11 OCT/8 NOV**

Cigrons ECO i patata bullits amb un raig d'oli d'oliva  
Triangle de fruita de carbassó amb enciam i blat de moro  
  
logurt ECO

**DIMECRES 9 NOV**

Crema de xampinyons amb crostons de pa torrat  
Estofat de vedella casolà amb pèsols i pastanaga  
  
Fruita de temporada

**DIJOUS 13 OCT/10 NOV**

Patata, bròquil i pastanaga bullida amb un raig d'oli d'oliva  
Lluç al forn amb ceba cuïta  
  
Fruita de temporada

**DIVENDRES 14 OCT/11 NOV**

Escudella feta a l'escola amb pistons  
Pit de pollastre arrebossat amb tomata amanida, olives i orenga  
  
Fruita de temporada

**DILLUNS 17 OCT/14 NOV**

Crema de verdures  
Varetes de lluç al forn amb enciam i pastanaga ratllada  
  
Fruita de temporada

**DIMARTS 18 OCT/15 NOV**

Macarons ECO amb sofregit casolà i carn picada ECO de vedella  
Amanida complerta (enciam, tomata, pastanaga, blat de moro, olives i tonyina)

**DIMECRES 19 OCT/16 NOV**

Mongeta tendra, patata bullida i pastanaga amb un raig d'oli d'oliva  
Trita de formatge amb tomàquet i enciam amanit  
  
logurt ECO

**DIJOUS 20 OCT/17 NOV**

Fesolets i patata bullits amb un raig d'oli d'oliva  
Pit de pollastre al forn a les fines herbes  
  
Fruita de temporada

**DIVENDRES 21 OCT/18 NOV**

Arròs amb salsa de tomata  
Bacallà cruixent al forn amb enciam amanit i olives  
  
Fruita de temporada

**DILLUNS 24 OCT/21 NOV**

Escudella feta a l'escola amb galets ECO  
Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga ratllada  
  
Fruita de temporada

**DIMARTS 25 OCT/22 NOV**

Crema de carbassó  
Trita de patata i ceba amb enciam i tomata amanit  
  
logurt eco

**DIMECRES 26 OCT/23 NOV**

Arròs a la cassola amb sofregit de verdures, cap de llom i sípia  
Amanida complerta (enciam, tomata, pastanaga, blat de moro, pebrot i olives)  
Fruita de temporada

**DIJOUS 27 OCT/24 NOV**

Minestra de verdures bullides amb un raig d'oli d'oliva  
Crestes de tonyina al forn amb enciam i blat de moro  
  
Fruita de temporada

**DIVENDRES 25 NOV**

Mongeta blanca ECO i patata bullits amb un raig d'oli d'oliva  
Pit de gall d'indi amb verdures  
  
Fruita de temporada

**DILLUNS 3 OCT/28 NOV**

Crema de verdures  
Hamburguesa de conill a la brasa  
Fruita de temporada

**DIMARTS 4 OCT/ 29 NOV**

Pasta amb tomata i formatge  
Calamars a la planxa  
logurt

**DIMECRES 5 OCT/2 i 30 NOV**

Verdures al vapor  
Peix al forn  
Fruita de temporada

**DIJOUS 6 OCT/3 NOV/1 DES**

Purè de patata  
Gall d'indi a la planxa  
Fruita de temporada

**DIVENDRES 7 OCT/4 NOV/2 DES**

Amanida de tomàquet i formatge  
Pizza casolana  
Macedònia

**DILLUNS 10 OCT/7 NOV**

Espinacs amb panses i pinyons  
Pinxo de carn a la brasa  
Fruita de temporada

**DIMARTS 11 OCT/8 NOV**

Escudella amb pasta  
Salmó al forn  
Fruita de temporada

**DIMECRES 9 NOV**

Espaguetis de carbassó al pesto  
Croquetes al gust  
Fruita seca

**DIJOUS 13 OCT/10 NOV**

Pasta de colors amb tomata  
Ous farcits de tonyina  
Fruita de temporada

**DIVENDRES 14 OCT/11 NOV**

Amanida al gust  
Planxat de pernil dolç i formatge  
Fruita de temporada

**DILLUNS 17 OCT/14 NOV**

Pa amb tomata  
Ou ferrat  
logurt

**DIMARTS 18 OCT/15 NOV**

Verdures saltejades  
Sardines al forn  
Fruita de temporada

**DIMECRES 19 OCT/16 NOV**

Amanida amb fruits secs  
Hamburguesa de llegums  
Fruita de temporada

**DIJOUS 20 OCT/17 NOV**

Verdura bullida  
Bistec de vedella a la planxa  
Fruita de temporada

**DIVENDRES 21 OCT/18 NOV**

Amanida variada  
Crep al gust  
Flam

**DILLUNS 24 OCT/21 NOV**

Patata i brocoli bullits  
Xai a la graella  
Fruita de temporada

**DIMARTS 25 OCT/22 NOV**

Amanida al gust  
Cus cus amb verdures  
Fruita de temporada

**DIMECRES 26 OCT/23 NOV**

Escudella amb pasta  
Llenguado al forn amb all i julivert  
Fruita de temporada

**DIJOUS 27 OCT/24 NOV**

Arròs bullit  
Trita de carbassó  
logurt

**DIVENDRES 25 NOV**

Amanida de tomata, olives i advocat  
"Fingers de pollastre"  
Fruita de temporada

DINARS

SOPARS