

Menú escolar Desembre - 2021



Dilluns

29 Nov

Crema de verdures de temporada
amb rostres de pa al forn
Lasanya amb bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Verdures saltades amb arròs,
pinyons i panses
Fruita natural de temporada

Dimarts

30 Nov

Arròs caldós d'hortalisses
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb
raves i olives verdes
Iogurt natural

i per sopar...
Purè de patates cremós
Hamburgueses vegetals amb
samfaina
Fruita natural de temporada

Dimecres

1

Llenties estofades amb arròs
Truita de patata i fonoll
Enciams variats amanits amb
remolatxa i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Caldereta de bledes amb
cigrons i cebeta
Formatge i pa amb tomàquet
Fruita natural de temporada

Dijous

2

Macarrons integrals a la
napolitana amb formatge ratllat
Filet de gall dindi arrebossat
Enciams variats amanits amb col
llombarda i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa amb rostres
cruixents
Cuixetes de pollastre a la
cassola amb ceba i pastanaga
Fruita natural de temporada

Divendres

3

Bròquil amb patata
Hamburguesa de vedella a la
planxa amb salsa de xampinyons
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa casolana de pistons
Sonsos arrebossats amb
enciam, cogombre i pastanaga
ratllada
Fruita natural de temporada

6

7

8

9

10

Arròs integral amb salsa de
tomàquet
Croquetes d'espinacs
Rodanxetes de tomàquet i olives
negres amanides amb oli d'oliva i
orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa i poma
Llobarro al forn
Fruita natural de temporada

Caldo amb estrelletes
Truita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb col
llombarda i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Pollastre al forn amb ceba,
moniato, pastanaga i tomàquet
Fruita natural de temporada

13

14

15

16

17

Crema de verdures de
temporada
amb rostres de pa al forn
Gall dindi guisat a la jardinera
amb cuscús
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet i formatge
Cigrons saltats amb panses,
pinyons
Fruita natural de temporada

Llenties estofades amb patates
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb
tomàquet verd i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Nuggets casolans amb salsa de
iogurt i espècies
Iogurt amb anacards

Arròs integral amb salsa de
tomàquet
Truita a la francesa
Enciams variats amanits amb
cogombre i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de lletres
Truita de pebrots
Fruita natural de temporada

Coliflor amb patata
Crep de pernil cuit i mozzarella
Enciams variats amanits amb col
llombarda i api
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de verdures de
temporada
Bistec de vedella a la planxa
Fruita natural de temporada

Espaguetis a la napolitana amb
formatge ratllat
Cruixents de pollastre arrebossat
Rodanxetes de tomàquet i olives
verdes amanides amb oli d'oliva i
orenga
Postres d'aniversari

i per sopar...
Patata i bròquil
Orada al forn amb llimona
Fruita natural de temporada

20

21

22

23

24

Mongeta tendra amb pastanaga i
patates
Truita de xampinyons
Enciams variats amanits amb
tomàquet vermell i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa casolana de fideus
Gall dindi amb samfaina
Fruita natural de temporada

Crema de pèsols
Mandonguilles de vedella a la
jardinera
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa i moniato
Seitons arrebossats
Fruita natural de temporada

Caldo de nadal amb galets
Pollastre de Nadal amb panses i
prunes
Enciams variats amanits amb
raves i pastanaga
Neules i torrons

i per sopar...
Patates al forn amb salmó i
pastanaga
Fruita natural de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluc, mare de lluc, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòlera, fruita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.