

Menú escolar Gener - 2025

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens



Dilluns

6

Dimarts

7

Dimecres

8

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Truita de formatge
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
Iogurt natural

Dijous

9

Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn
Fricandó de vedella amb xampinyons
Fruita de temporada

Divendres

10

Fesolets amb verdures
Cruixents de pollastre arrebossat casolans
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga
Fruita de temporada

13

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

14

Llenties estofades
Truita a la francesa
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres
Fruita de temporada

15

Mongeta tendra amb patata
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Iogurt natural

16

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)
Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Fruita de temporada

17

Arròs xinès
Gall dindi guisat amb xampinyons i pastanagues
Fruita de temporada

20

Pèsols guisats amb patates
Truita de patata i fonoll
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

21

Sopa de galets petits i cigrons
Gall dindi guisat amb xampinyons i pastanagues
Fruita de temporada

22

Bledes amb patata
Peix fresc de Mercat
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga
Fruita de temporada

23

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Arròs a la cassola amb fesols i verdures
Iogurt natural

24

Espaguetis integrals a la napolitana amb formatge ratllat
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques
Fruita de temporada

27

Crema de carbassó
amb rostes de pa al forn
Macarrons a la bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

28

Amanida juliana de colors
Cigrons amb arròs integral i verdures
Fruita de temporada

29

Risotto de formatges
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
Fruita de temporada

30

Col amb patata
Cuixa de pollastre a la planxa
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga
Fruita de temporada

31

Llenties estofades
Truita de pernil cuit
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Postres d'aniversari

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 lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita 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.