



ESCOLA JOSEP MONTSERRAT

MENÚ DE MARÇ 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
4 -ARRÒS BLANC AMB SALSA DE TOMÀQUET. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES. -FRUITA.	8 -PATATA BULLIDA AMB PÉSOLS . -GALL D'INDI ARREBOSSAT AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES . -IOGURT DE MADURXA	9 -CREMA DE VERDURES AMB Ceba CRUENT, (Patata, ceba, mongeta tendra, pastanaga i formatge) -TRUITA DE D. ESPINACS AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DOLÇ -FRUITA.	5 -SOPA DE BROU AMB PASTA . -SALMOTES D'AU A LA PLANXA I MONGETES SEQUES -FRUITA.	6 -PURÉ DE PATATA AMB TONYINA I GRATINAT -POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET I Ceba -FRUITA.
9 -LLENTES ESTOFADES AMB HORTALISSES -CROQUETES DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DOLÇ -IOGURT NATURAL	10 -ARRÒS A LA CASSOLA AMB PASTANAGA, CARBASSÓ, TOMÀQUET, Ceba I PÉSOLS . -POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DOLÇ -FRUITA.	11 -MACARRONS AMB SALSA DE KAMPINYONS -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA -FRUITA.	12 -CREMA DE PORRO. -CIGRONS ESTOFATS AMB QUINOA . -FRUITA.	13 DIA DE LLURE DISPOSICIÓ
16 -PATATA BULLIDA AMB BRÒQUIL . -GALL D'INDI AL FORN AMB PÉSOLS . -FRUITA.	17 -CREMA DE CARBASSÓ AMB TORREGETES DE PA. -FILET DE BACALLÀ ARREBOSSAT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES . -FRUITA.	18 -SOPA DE BROU AMB PASTA . -POLLASTRE AL FORN AMB LUMINERA I FARIGOLA -FRUITA.	19 -MONGETES SEQUES ESTOFADES AMB PATATA I PASTANAGA -TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA . -IOGURT NATURAL	20 -ARRÒS SALTAT AMB XAMPINYONS, PÉSOLS I Ceba . -VEDELLA ROSTIDA AMB XAMPINYONS . -FRUITA.
23 -CREMA DE CARBASSA AMB Ceba CRUENT . -LLENTES AMB ARRÒS INTEGRAL . -FRUITA .	24 -CIGRONS SALTATS AMB ALL I JULIVERT -SALMÓ AL VAPOR AMB AMANIDA DE BROTS . -FRUITA.	25 -PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA . -BASTONETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES . -FRUITA	26 -ARRÒS BLANC AMB SALSA DE TOMÀQUET . -TRUITA D'ESPINACS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA . -FRUITA.	27 DIADA DEL DINAR ESCOLLIT !!!

* Consultar la taula dels al·lèrgens per identificar el contingut de cada plat.

74

- L'amanida venida de primer plat conté: enciam, tomàquet, pastanaga, olives i blat dolç i s'amaneix amb oli d'oliva verge i sal iodada.
- A cada plat s'afegeix aigua i pa integral de lleure.
- Els iogurts són de la Pagoda.
- Les fruites del mes de març són: Plàtan, pera, poma, mandarina i taronja.