



SETEMBRE 2020

DII. 14	Dm. 15	Dc. 16	Dj. 17	Dv. 18
MACARRONS ECO AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE CROQUETES DE POLLASTRE I AMANIDA (enciam i pastanaga) FRUITA	CREMA VICHYSOISE (crema freda de porros) POLLASTRE AL FORN I PAT. ROSSES FRUITA	LLENTIES AMB VERDURETES (tomàquet, ceba, blat de moro) I SALSA VINAGRETA TRUITA A LA FRANCESA I AMANIDA (enciam, olives) FRUITA	ENSALADILLA RUSSA (patata, pèsols, pastanaga i maionesa) PEIX FRESC I AMANIDA (enciam, col llombarda) FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET OU DUR AMB SALSA VERDA I AMANIDA (enciam, poma) FRUITA
DII. 21	Dm. 22	Dc. 23	Dj. 24	Dv. 25
CREMA DE CARABASSÓ HAMBURGUESA DE POLLASTRE I AMANIDA (enciam, tomàquet) FRUITA	ESPAGUETIS AROMATITZATS A L'ALL I ORENGA TRUITA DE PATATA I AMANIDA (enciam, pastanaga) FRUITA	AMANIDA D'ARRÒS (enciam, pastanaga, tomàquet) POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA	PATATA I VERDURA (segons mercat) PEIX FRESC I AMANIDA FRUITA	AMANIDA DE BROTS TENDRES, FORMATGE FRESC I POMA ARRÒS MARINERA FRUITA
DII. 28	Dm. 29	Dc. 30	Elaborat per la nostra dietista-nutricionista Irene Rosa, Col·legiada nº CAT000485	
MIL FULLS DE PATATA, CEBA I TOMÀQUET CALAMARS ANDALUSSA I AMANIDA (enciam, col llombarda) FRUITA	CREMA DE CARABASSÓ CANELONS I ENCIAM AMANIT FRUITA	ESPIRALS AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMANIDA (enciam, pastanaga) FRUITA		

Els nostres menús s'elaboren amb:

Fruites i verdures de temporada, ecològiques i de proximitat de La Piotxa. Llegums, arròs i pasta ecològics. Carns i aus de proximitat. Peix fresc del Mediterrani. Pa acabat de fer i salses pròpies. Formatge Fresc de Can Pere i iogurt de la Fageda.



Voleu veure quins plats tan bons fem per als vostres fills?
 Seguiu-nos a les nostres xarxes socials "La Cuina de Jocs i Taula"



SOPARS DE SETEMBRE 2020

DII 14	DM 15	DC 16	DJ 17	DV 18
Arròs/amanida + peix blau. Fruita	Llegum + verdura/vedella. Fruita	Pasta + amanida/tofu. Fruita	Quinoa + verdura/ pollastre. Fruita	Patata + verdura/peix. Fruita
DII 21	DM 22	DC 23	DJ 24	DV 25
Llegum + amanida/ou. Fruita	Arròs + verdura/peix. Fruita	Pasta + amanida/vedella. Fruita	Llegum + verdura/pollastre. Fruita	Patata + amanida/ou. Fruita
DII 28	DM 29	DC 30	Elaborat per la nostra Dietista-Nutricionista Irene Rosa Col·legiada nº CAT000485	
Pasta + verdura/porc. Fruita	Arròs + amanida/peix blau. Fruita	Llegum + amanida/tofu. Fruita		



Voleu veure quins plats tan bons fem per als vostres fills?
 Seguiu-nos a les nostres xarxes socials "La Cuina de Jocs i Taula"