

**MENÚ OVO-LACTEO-VEGETARIÀ Novembre 2016** Menjador escolar

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	<p>1</p> 	<p>2</p> <p>Macarrons a la napolitana amb tomàquet i formatge</p> <p>Truita de patata amb amanida d'enciam i sèsam torrat</p> <p>logurt LA FAGEDA amb sucre morè</p>	<p>3</p> <p>Crema de verdures de tardor amb rostes</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>4</p> <p>"Escudella completa"</p> <p>Sopa de pasta</p> <p>Pilota vegetal amb verdures i cigrons</p> <p>Fruita del temps</p>
<p>7</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Proteïna vegetal al forn amb tomàquet i herbes aromàtiques amb amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Trinxat de col i patata saltejada amb una mica d'all</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Sopa de verdures amb fideus</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Flam casolà</p>	<p>10</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Proteïna vegetal guisada amb pastanaga amb amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>11</p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de carbassó, ceba i patata amb amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>
<p>14</p> <p>Espirals a la napolitana amb tomàquet i formatge</p> <p>Truita de pastanaga amb amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Arròs a la cassola amb verdures</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Coliflor i patata gratinats amb beixamel</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>18</p> <p>Crema de carbassa i porros</p> <p>Proteïna vegetal amb patata, ceba i pèsols amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>logurt LA FAGEDA amb cereals d'avena</p>
<p>21</p> <p>Crema de verdures de tardor</p> <p>Proteïna vegetal a la jardineria (pèsols, pastanaga i patates) amb amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Brou de verdures amb pasta</p> <p>Proteïna vegetal (amb suquet de tomàquets, ceba i pastanagues) i amanida d'enciam i sèsam torrat</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>23</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pastís de verdures al forn amb amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>logurt LA FAGEDA amb sucre moré</p>	<p>24</p> <p>Trinxat de bleda i carbassa amb patata</p> <p>Remenat de xampinyons amb pa i tomàquet i amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>25</p> <p>Fideus a la cassola amb verdures</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Bol de macedònia amb fruites de temporada</p>
<p>28</p> <p>Menestra de verdures (patates, mongeta tendra i pastanaga)</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Cous-cous integral amb verdures</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>30</p> <p>Llenties pardines guisades amb verdures</p> <p>Proteïna vegetal amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>		

**NariNans**, ofereix un producte de qualitat i servei personalitzat. Tots els plats s'acompanyen de pa i aigua, i estan elaborats per la cuineres del centre l'escola Loli i Eugenia a partir d'ingredients frescos, ecològics, de proximitat i de temporada .

Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: pastanaga, tomàquets, col lombarda, olives, cogombre, sèsam torrat.