

MENÚ BASAL OCTUBRE 2018

Menjador escolar

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata amb guarnició d'enciam i sèsam torrat Fruita del temps	2 Crema de verdures de tardor amb rostes Pit de pollastre arrebossat amb guarnició d'enciam i pastanaga logurt CLEDA d'ovella	3 "Escudella completa" Sopa de pasta Pilota, verdures i cigrons Fruita del temps	4 Verdura bullida: mongeta verda, patata i pastanaga Peix blanc al forn amb ceba i tomàquet i amb guarnició d'enciam i cogombre Fruita del temps	5 Amanida completa amb formatge fresc i tonyina Paella mixta (amb costella de porc i calamar) Fruita del temps
<i>* Bledes amb patata Peix al forn amb samfaina</i>	<i>* Sopa amb fideus Llom de porc a la planxa amb amanida</i>	<i>* Puré d'espínacs Peix arrebossat amb pa integral i amanida</i>	<i>* Crema de llegums Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida</i>	<i>* Escalibada, Pa amb tomàquet Remenat de gambes</i>
8 Llenties pardines estofades amb verdures Pollastre al forn amb herbes aromàtiques, i amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps	9 Trinxat de col i patata Hamburguesa de vedella amb guarnició d'enciam i olives Fruita del temps	10 Sopa de peix amb fideus. Truita de carbassó, ceba i patata amb guarnició d'enciam i cogombre logurt LA FAGEDA amb cereal de cebada	11 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet Peix al forn amb verdures i herbes provençals, i amb guarnició d'enciam i sèsam Fruita del temps	FESTA
<i>* Crema de carbassa Croquetes de bacallà amb amanida</i>	<i>* Arròs amb tomàquet Truita de pebrot i albergínia</i>	<i>* Menestra de verdura saltejada amb pernil salat Peix a la planxa amb amanida</i>	<i>* Amanida de llenties Bikini de pernil dolç i formatge</i>	
15 Macarrons amb tomàquet i formatge Remenat de xampinyons amb guarnició d'enciam i cogombre Fruita del temps	16 Arròs a la cassola amb verdures Rostit de gall d'indi amb guarnició d'enciam i pastanaga Fruita del temps	17 Cigrons estofats amb verdures Peix arrebossat amb guarnició d'enciam i olives logurt DEL BERGUEDA	18 Coliflor i patata gratinats amb beixamel Salsitxes de porc amb guarnició d'enciam i blat de moro Fruita del temps	19 Crema de carbassa i porros Estofat de vedella amb patata, ceba i pèsols amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps
<i>* Broquil amb patata i pastanaga Hamburguesa de pollastre</i>	<i>* Sopa de galets Peix al forn amb verdures saltejades</i>	<i>* Puré de patata Croquetes de pernil amb amanida</i>	<i>* Arròs amb verdures saltejades Truita a la francesa</i>	<i>* Amanida variada Peix a la planxa amb patates fregides</i>
22 Crema de verdures Mandonguilles a la jardineria (pèsols, pastanaga i patata) amb guarnició d'enciam i cogombre Fruita del temps	23 Sopa d'au Peix a la Rioja (amb suquet, tomàquet, ceba i pastanaga) i guarnició d'enciam i sèsam torrat logurt LA FAGEDA amb sucre morè	24 Llenties pardines guisades amb verdures Truita de formatge amb guarnició d'amanida de tomàquet i pebrot Fruita del temps	25 Trinxat de bleda i carbassa amb patata Bistec de porc a la planxa amb guarnició d'enciam i blat de moro Fruita del temps	26 Tallarines a la carbonara Cuixa de pollastre al forn al romaní amb guarnició d'enciam i pastanaga Fruita del temps
<i>* Macarrons amb tomàquet Peix a la planxa amb amanida</i>	<i>* Mongeta verda, patata i pasta bullida Xai a la planxa</i>	<i>* Pure de verdures de temporada Gall d'indi arrebossat</i>	<i>* Sopa de peix amb arròs Peix al forn amb amanida</i>	<i>* Hummus de cigrons amb torradetes Truita de pernil dolç</i>
29 Cous-cous integral amb verdures Llom de porc a la planxa amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps	30 Mongetes blanques sortint de l'olla amb rajolí d'oli Calamars a la romana amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps	31 Crema de verdures del temps amb crostonets Fricandó de vedella amb salsa de castanyes Moniato al forn		
<i>* Espínacs amb patata Peix a la planxa</i>	<i>* Sopa amb pasta de lletres Pollastre a la planxa amb amanida</i>	<i>* Entrepà vegetal (pa de cereals, enciam, tomàquet, pastanaga, tonyina i ou)</i>		

NariNans Ofereix un producte de qualitat i un servei personalitzat. Tots els plats s'acompanyen de pa i aigua, i estan elaborats per la cuinera de l'escola a partir d'ingredients frescos, ecològics, de proximitat i de temporada.

**Proposta de sopar per fer a casa, amb un postra a base de fruita i/o làctic*

