


MENÚ BASAL Desembre 2018

Menjador escolar

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				
3	4	5	6	7
<p>Llenties pardines guisades amb verdures</p> <p>Remenat de xampinyons amb guarnició d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Crema de porro i carbassa</p> <p>Peix al forn amb ceba i herbes provençals amb guarnició d'enciam i cogombre</p> <p>Taronja amb sucre i canyella</p>	<p>“Escudella completa”</p> <p>Sopa amb pasta de pistons</p> <p>Pilota (elaborada amb carn de vedella), verdures i cigrons</p> <p>logurt DEL BERGUEDA amb cereals de cebada</p>	FESTA	FESTA
<i>* Bròquil amb patata i pastanaga Peix arrebossat</i>	<i>* Arròs amb tomàquet Truita de pebrot i albergínia</i>	<i>* Menestra de verdura Pollastre al forn amb amanida</i>		
10	11	12	13	14
<p>Espaguetis napolitana (amb sofregit de tomàquet i ceba)</p> <p>Truita de patata i carbassó amb guarnició d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Coliflor i patata gratinats amb beixamel</p> <p>Bistec de porc a la planxa amb guarnició d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons guisats amb porro i pastanaga</p> <p>Peix arrebossat amb guarnició d'enciam i tomàquet</p> <p>logurt CLEDA d'ovella amb sucre morè</p>	<p>Arròs ecològic amb tomàquet</p> <p>Estofat de vedella a la jardineria amb guarnició d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Menestra de verdures (patates, mongeta tendra i pastanaga)</p> <p>Gall d'indi al forn amb guarnició d'enciam i sèsam</p> <p>Fruita del temps</p>
<i>* Espinacs amb patata saltejats amb panses i pinyons Croquetes de formatge</i>	<i>* Sopa amb pistons Peix a la planxa amb amanida</i>	<i>* Puré de patata Xai a la planxa amb samfaina (albergínia, carbassó, pebrot i ceba)</i>	<i>* Amanida de llenties Pollastre a la planxa amb patates xips</i>	<i>* Macarrons amb tomàquet Llobarro al forn amb verdures</i>
17	18	19	20	21
<p>Crema de verdures del temps amb crostonets</p> <p>Croquetes de bacallà amb guarnició d'amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de bleda, carbassa i patata</p> <p>Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada, amb guarnició d'amanida d'enciam i cogombre</p> <p>logurt LA FAGEDA</p>	<p>Amanida variada amb formatge fresc</p> <p>Arròs amb tres delícies (blat de moro, truita i pernil dolç)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Mongetes seques guisades amb verduretes</p> <p>Remenat de patata i ceba amb guarnició d'amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Escudella Nadalenc amb galets</p> <p>Pollastre rostit amb prunes amb guarnició d'amanida variada</p> <p>Torrans i Neules</p>
<i>* Amanida d'arròs llarg Llom a la planxa</i>	<i>* Sopa de peix amb fideus Salmó al forn amb verdures</i>	<i>* Bledes amb patates i pastanaga Pollastre arrebossat</i>	<i>* Crema de verdures Bistec de vedella a la planxa amb patata al forn</i>	<i>* Escarxofes al forn Pa amb tomàquet Truita de carbassó, patata i</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 postres a base de fruita i/o làctic*

Revisat per CÈLIA PUIG, Dietista-Nutricionista, N^ocol·legiada CAT000633 Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya