

MENÚ MENJADOR ESCOLAR - Mestres

<p>dl01</p> 	<p>dt02</p> <p>Pèsols sofregits amb ceba i pernil</p> <p>Peix al forn amb llit de patates</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dc03</p> <p>Fideus xinesos amb verdures</p> <p>Truita de patates amb bastonets de pastanaga</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dj04</p> <p>Cigrons estofats amb carbassa</p> <p>Conill al forn amb tomàquet a la provençal</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dv05</p> <p>Espinacs a la catalana</p> <p>Pit de pollastre amb espàrrecs</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>
<p>dl08</p> <p>Llenties estofades</p> <p>Truita d'espínacs amb tomàquet amanit</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dt09</p> <p>Crema de verdures</p> <p>Sèpia a la planxa amb carbassó</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dc10</p>  <p>Amanida de primavera</p> <p>Pizza de pernil i formatge amb bastonets de pastanaga</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dj11</p> <p>Graellada de verdures</p> <p>Txurrasco amb all i oli</p> <p>logurt natural "Ubach"</p>	<p>dv12</p> <p>Amanida de cigrons</p> <p>Peix al forn amb pebrot</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>
<p>dl15</p> <p>Torrada amb escalivada i tonyina</p> <p>Calamars amb salseta de tomàquet</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dt16</p> <p>Empedrat de mongetes amb bacallà esqueixat</p> <p>Botifarra al forn amb espàrrecs</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dc17</p> <p>Espaguetis amb gambetes i espàrrecs</p> <p>Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada</p> <p>logurt natural "La Fageda"</p>	<p>dj18</p> <p>Amanida complerta</p> <p>Paella mar i muntanya</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dv19</p> <p>Saltejat de verdures amb all tendre</p> <p>Truita francesa</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>
<p>dl22</p> <p>Esqueixada de bacallà</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb pebrot</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dt23</p> <p>Escalivada</p> <p>Salmó al forn amb ceba i taronja</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dc24</p> <p>Cigrons amb pistó</p> <p>Truita de formatge i pernil amb bastonets de pastanaga</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dj25</p> <p>Vichyssoise</p> <p>Sèpia a la planxa amb tomàquet a la provençal</p> <p>logurt natural "Boisans"</p>	<p>dv26</p> <p>Pasta freda amb tonyina i maionesa</p> <p>Conill al forn amb espàrrecs verds</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>
<p>dl29</p> <p>Rissoto amb gambetes</p> <p>Bistec de vedella amb carbassó</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dt30</p> <p>Llenties estofades amb carbassó</p> <p>Truita de patates amb bastonets de pastanaga</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p>dc31</p> <p>Espinacs a la catalana</p> <p>Calamars a la planxa amb ceba</p> <p>logurt natural "Ubach"</p>	<p>dj01</p>	<p>dv02</p>

Les verdures i hortalisses del menú estan susceptibles a canvis segons la disposició del nostre pagès. La nostra prioritat sempre és treballar amb aliments frescos i de temporada.

Tots el dilluns, dimecres i divendres el menú es servirà amb pa integral. Si s'ha d'afegir vinagre a l'amanida contindrà sulfits.

El 95% del nostre producte és de proximitat i/o ecològic (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics, etc.).

DIETISTA: Tots els menús estan supervisats per la Blanca Esteve, Dietista Nutricionista d'Aleanutri, amb el número de col·legiada CAT000276

PROPOSTA DE SOPARS A CASA

dl01



dt02

Graellada de verdures
Hamburguesa de llegum i quinoa casolana
logurt natural

dc03

Arròs amb picada d'espínacs i formatge
Peix al forn amb llimona
Peça de fruita de temporada

dj04

Ensaladilla de pasta amb gall d'indi, formatge i maionesa
Peça de fruita de temporada

dv05

Vichyssoise amb crostons
Truita paisana amb amanida
Peça de fruita de temporada

dl08

Arròs amb tres verdures
Suquet de rap
Peça de fruita de temporada

dt09

Crema de llegums amb virutes de pernil
Remenat d'ou amb gambetes i amanida
Peça de fruita de temporada

dc10

Mongetes blanques saltades amb cus cus, carbassó i cúrcuma
Peça de fruita de temporada

dj11

Minestra de verdures
Bistec de vedella amb patates fregides
Peça de fruita de temporada

dv12

Galets amb oli i alfàbrega
Escalopa de pollastre amb amanida
logurt grec

dl15

Tallarines amb calamarcets i pebrots de tres colors
Peça de fruita de temporada

dt16

Crema de carbassó i ceba
Gall d'indi adobat amb amanida
logurt natural

dc17

Amanida completa
Crep amb hummus de cigró i bastonets de pastanaga
Peça de fruita de temporada

dj18

Arròs tropical amb pinya, panses i blat de moro
Truita de xampinyons
Peça de fruita de temporada

dv19

Pèsols amb pernil
Pollastre farcit d'espínacs amb amanida
Peça de fruita de temporada

dl22

Bressa de verdures gratinades al forn
Llonça de porc amb amanida
Peça de fruita de temporada

dt23

Arròs al forn amb verdures i pèsols
Sardines al forn amb all i julivert
logurt begut

dc24

Crema de verdures
Pollastre a l'ast amb patates
Peça de fruita de temporada

dj25

Amanida de patates amb ou
Peça de fruita de temporada

dv26

Empedrat de mongeta blanca amb quinoa, xerris, olives i vinagreta cítrica
Peça de fruita de temporada

dl29

Gaspatxo amb picada i crostons
Cigrons saltats amb mill
Peça de fruita de temporada

dt30

Verdures en tempura
Broqueta de gall d'indi amb patates
Peça de fruita de temporada

dc31

Arròs vaporitzat amb pastanaga, ceba i daus de salmó amb sèsam
logurt natural

dj01

dv02