



# Març 2024

## ESCOLA MESTRAL

## MENÚ SENSE CARN

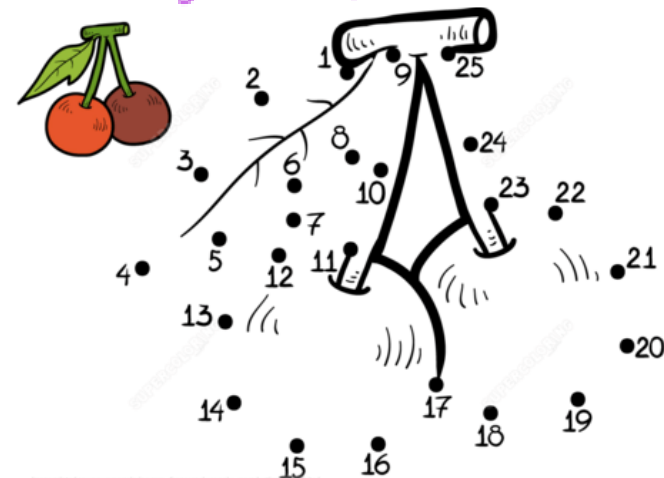
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
---------	---------	----------	--------	-----------



<b>4</b> CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ MARINERA AMB DAUS DE RAP FRUITA DEL TEMPS	<b>5</b> MINESTRA DE VERDURES CASOLANA I PÈSOLS <b>PEIX PLANXA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	<b>6</b> SOPA <b>VEGETAL</b> <b>OUS REMENATS</b> A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	<b>7</b> LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA LLUÇ AL FORN AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	<b>1</b> SOPA <b>VEGETAL</b> AMB PICADILLO D'OU ( <b>S/PERNIL</b> ) PEIX AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
<b>11</b> ARRÒS DOS DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA) ( <b>SENSE PERNIL</b> ) DELÍCIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	<b>12</b> OLLA BARRETJADA AMB CIGRONS <b>VEGETAL</b> TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	<b>13</b> MACARRONS A LA CARBONARA ( <b>S/BACÓ</b> ) O <b>AMB TOMÀQUET</b> <b>PEIX</b> AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRA -SOL FRUITA DEL TEMPS	<b>14</b> PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS CASOLANS PIZZA CASOLANA ( <b>S/CARN</b> ) AMB AMANIDA IOGURT	<b>8</b> ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM IOGURT
<b>18</b> COLIFLOR AMB PATATA BUNYOLS DE BACALLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	<b>19</b> MONGETES BLANQUES ESTOFADES AMB VERDURES <b>TRUITA FRANCESA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	<b>20</b> ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA <b>PEIX</b> ADOBAT AMB ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL "TORRIJA" CASOLANA 	<b>21</b> CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP MARMITAKO DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	<b>15</b> SOPA <b>VEGETAL</b> FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
<b>25</b> SET	<b>26</b> MA	<b>27</b> NA	<b>28</b> SAN	<b>22</b> <b>GASTRONOMIA DE XILE</b> "CAZUELA DE AVE" (SOPA DE <b>VEGETAL</b> AMB CEBA, PASTANAGA I ARRÒS) "CHORRILLANA" ( <b>OUS REMENATS</b> AMB PATATES FREGIDES) ( <b>S/CARN</b> ) LLET AMB PLÀTAN (BATUT CASOLÀ) 
				<b>29</b> TA

Les fruites del temps són: taronja, mandarina, poma, pera, plàtan,...Descobreix-les totes [aquí](#)  
 Es servirà pa integral.  
 Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.  
 Ús de sal lodada per cuinar.  
 Hi ha aigua potable accessible pels infants.  
 Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...  
 Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.  
 Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

*Segueix els números i aconseguiràs fer el dibuix!*



**Un cop al mes, unes postres casolanes**