

MENJADOR ESCOLA D'OLVAN

MENU DE SETEMBRE

CURS 2023-2024



DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOURS 7	DIVENDRES 8
Vacances	Vacances	Patates xips, olives, xerris Minis hamburgueses de pollastre Gelats	Crema de carbassó i pastanaga. Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert. Iogurt natural.	Amanida de lleties amb tomàquet, formatge i olives. Peix del dia amb enciam amanit. Fruita del temps.
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIJOURS 13	DIJOURS 14	DIVENDRES 15
Festiu	Patata i mongeta. Trita d'espinaç amb tomàquet amanit. Fruita del temps.	Blat forment amb pèsols i salsa de soja. Peix del dia amb enciam amanit. Fruita del temps.	Meló amb pernil. Macarrons gratinats amb sofregit de tomàquet, ceba i ametlles. Fruita del temps.	Lleties amb pastanaga. Gall d'indi enfarinat amb tomàquet amanit i olives. Fruita del temps.
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOURS 21	DIVENDRES 22
Patata, mongeta i pastanaga. Cuixeta de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit i olives. Fruita del temps.	Crema de carbassó. Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert. Fruita del temps.	Lleties amb sofregit de tomàquet, pastanaga i ceba. Trita de carbassó amb enciam amanit Iogurt natural.	Arròs blanc amb pèsols. Peix del dia amb tomàquet amanit. Fruita del temps	Blat de moro escairat. Salsitxa de porc amb enciam amanit. Fruita del temps.
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOURS 28	DIVENDRES 29
Crema de carbassó amb crostonets de pa "Hamburguesa" de cigrons amb tomàquet amanit. Iogurt natural.	Blat forment amb pèsols. Trita de carbassó i ceba amb enciam amanit i olives. Fruita del temps.	Escudella de amb fideus. Cuixeta de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit. Fruita del temps.	Macarrons amb sofregit de tomàquet, pastanaga i ceba. Peix del dia amb enciam amanit. Fruita del temps.	Pèsols amb pastanaga. Lleties amb picada de tomàquet, all i julivert. Fruita del temps.

- En els àpats s'inclou: pa integral i aigua . Fruita: pera, poma, préssec, mandarina, plàtan, taronja, maduixes, prunes, cireres síndria, meló...
- Variació d'amanida: enciam i tomàquet, pastanaga ratllada i tomàquet, enciam i pastanaga ratllada, enciam i tomàquet amb olives, pastanaga ratllada amb olives. Blat de moro, olives, remolatxa rallada, poma,...
- El sofregit: Ceba, all i tomàquet, ceba, all, pastanaga i tomàquet, ceba, all, pastanaga, carbassó, pebrot i tomàquet.
- La carn de xai és d'Olván.
- La vedella és de ramats de la nostra comarca el Berguedà.
- Menú revisat per una Dietista-Nutricionista Colegiada Eva Nuñez Marmol CAT443