

Menjador escolar d'Olvan

CURS 2024-2025
MENÚ DE FEBRER

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
03 Arròs amb orenga Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	04 Llenties amb bròquil Peix del dia amb enciam amanit i blat de moro Fruita de temporada	05 Crema de verdures amb pipes Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	06 Sopa torrada Cuixeta de pollastre amb pastanaga ratllada i blat de moro Fruita de temporada	07 Fideus amb verdures Carn magra enfarinada amb pebre vermell dolç i tomàquet amanit Fruita de temporada
10 Crema de verdures amb pipes Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita de temporada	11 Blat forment amb pèsols i salsa de soja Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	12 Escudella amb sèmola de blat de moro Peix del dia amb enciam amanit Fruita de temporada	13 Arròs amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga Cigrons sortint de l'olla logurt natural	14 Patata i mongeta Croquetes de pollastre amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada
17 Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	18 Sopa de verdures amb sèmola de blat de moro Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	19 Llenties sortint de l'olla Aletes de pollastre al forn amb tomàquet i ceba Fruita de temporada	20 Crema de verdures Rodo de vedella al forn amb patates i moniato Fruita de temporada	21 Blat de moro escairat Peix del dia amb enciam amanit i blat de moro Fruita de temporada
24 Arròs amb orenga Cuixeta de pollastre amb tomàquet amanit Fruita de temporada	25 Crema de verdures amb pipes Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	26 Sopa torrada Peix del dia amb enciam amanit i olives Fruita de temporada	27 Llenties amb bròquil Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita de temporada	28 Blat forment amb pèsols i salsa de soja Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada

- 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'Olvan.
- La vedella és de ramats de la nostra comarca el Berguedà.
- Els al·lèrgens els teniu marcats en negreta i colors al menú: **llet** | **ou** | **fruits secs** | **gluten** | **soja** | **api** | **peix**
- Menú revisat per una Dietista-Nutricionista Col·legiada Eva Nuñez Marmol CAT443