

Menjador escolar d'Olvan

CURS 2024-2025
MENÚ DE GENER

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		01 VACANCES	02 VACANCES	03 VACANCES
06 VACANCES	07 VACANCES	08 Arròs amb orenga Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	09 Crema de verdures amb pipes Cigrons sortint de l'olla amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	10 Escudella amb sèmola de blat de moro Peix del dia amb enciam amanit Fruita de temporada
13 Mongeta tendra i pastanaga Cigrons sortint de l'olla amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	14 Escudella amb sèmola de blat de moro Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	15 Crema de verdures amb pipes Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita de temporada	16 Llenties amb bròquil Peix del dia amb enciam amanit i blat de moro Fruita de temporada	17 Blat forment amb pèsols Carn de porc amanida amb pebre vermell amb tomàquet amanit Fruita de temporada
20 FESTIU	21 Pèsols amb pastanaga Aletes de pollastre al forn amb tomàquet i patates Fruita de temporada	22 Escudella de sèmola de blat de moro Peix del dia amb enciam amanit i olives Fruita de temporada	23 Arròs amb orenga Cigrons sortint de l'olla amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	24 Blat de moro escairat Truita de carbassa amb tomàquet i blat de moro Fruita de temporada
27 Sopa de verdures amb sèmola de blat de moro Cigrons sortint de l'olla amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	28 Patata, mongeta i pastanaga Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	29 Blat forment amb pèsols i salsa de soja Salsitxa de pollastre amb pastanaga ratllada Fruita de temporada	30 Llenties amb carbassa Peix del dia amb enciam amanit i olives Fruita de temporada	31 Crema de verdures amb pipes Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles 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 Colegiada Eva Nuñez Marmol CAT443