

Menjador escolar d'Olvan

CURS 2024-2025

MENÚ DE MARÇ

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
03 LLIURE DISPOSICIÓ	04 Llenties amb pastanaga Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives logurt natural	05 Arròs amb orenga Peix del dia amb enciam amanit i blat de moro Fruita de temporada	06 Crema de verdures amb pipes Cigróns amb picada de tomàquet, all i julivert Fruita de temporada	07 Escudella amb sèmola de blat de moro Pit de gall d'indi amb tomàquet amanit Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet, ceba i pastanaga Salsitxa de pollastre amb tomàquet amanit Fruita de temporada	11 Sopa torrada Cigróns amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	12 Patata i mongeta amb maionesa Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	13 Crema de verdures amb pipes Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita de temporada	14 Llenties amb bròquil Peix del dia amb pastanaga ratllada Fruita de temporada
17 Escudella amb sèmola de blat de moro Truita de carbassa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	18 Pèsols amb pastanaga Cuixeta de pollastre amb enciam amanit Fruita de temporada	19 Cigróns amb picada de tomàquet, all i julivert Peix del dia amb tomàquet amanit i olives logurt natural	20 Blat forment amb salsa de soja Rodo de vedella al forn amb patates i moniato Fruita de temporada	21 Crema de verdures amb pipes Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita de temporada
24 Arròs amb orenga Cuixetes de pollastre amb patates xips i tomàquet amanit Fruita de temporada	25 Mongeta amb pastanaga Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita de temporada	26 Llenties amb bròquil Peix del dia amb enciam amanit i blat de moro Fruita de temporada	27 Crema de verdures amb pipes Cigróns amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	28 Escudella amb sèmola de blat de moro Truita d'espínacs amb tomàquet amanit Fruita de temporada
31 Llenties amb bròquil Daus de gall d'indi amb sèsam i enciam amanit 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

