

Menjador escolar d'Olvan

CURS 2024-2025

MENÚ DE MAIG

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			01 Festa	02 Festa
05 Crema de verdures amb pipes Croquetes de pollastre amb tomàquet amanit Fruita de temporada	06 Amanida d'arròs amb olives, tomàquet i blat de moro Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	07 Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga Peix del dia amb enciam amanit Fruita de temporada	08 Llenties amb pastanaga Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	09 Pèsols amb pastanaga i salsa de soja Cuixeta de pollastre amb enciam amanit Fruita de temporada
12 Llenties amb bròquil Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita de temporada	13 Patata, mongeta i pastanaga Carn magra amb enciam amanit i olives Fruita de temporada	14 Blat forment amb pèsols Peix del dia amb tomàquet amanit Fruita de temporada	15 Trobada anglès	16 Crema de verdures amb pipes Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural
19 Blat forment amb pèsols i salsa de soja Cuixeta de pollastre amb tomàquet amanit Fruita de temporada	20 Amanida de llenties amb olives, formatge i blat de moro Truita d'espínacs amb tomàquet amanit Fruita de temporada	21 Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Cigrons sortint de l'olla logurt natural	22 Arròs amb orenga Vedella lligada al forn amb patates Fruita de temporada	23 Ensaladilla russa amb maionesa Peix del dia amb enciam amanit Fruita de temporada
26 Pèsols amb pastanaga Daus de gall d'indi amb tomàquet amanit Fruita de temporada	27 Crema de verdures amb pipes Llenties amb picada de tomàquet, all i julivert Fruita de temporada	28 Amanida d'arròs amb olives, tomàquet i blat de moro Peix del dia amb enciam amanit Fruita de temporada	29 Sopa de verdures amb fideus Cigrons sortint de l'olla logurt natural	30 Blat forment 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