

Les fruites del temps són: pera, plàtan, taronja, poma, meló, síndria, préssec, ...  
 Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir. Oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Ús de sal lodada per cuinar  
 Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%  
 Menús valorats nutricionalment per Aroa Espinosa Ruiz  
 Nº col·legiada CAT 001178



*Un cop al mes,  
 postre casolà*

# ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA

## OCTUBRE 2021

### MENÚ **SENSE OU**

**DIVENDRES 1**

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES  
 HAMBURGUESA MIXTA AMB FORMATGE (SENSE OU NI DERIVATS) AMB ENCIAM I TOMÀQUET  
 FRUITA DEL TEMPS

**DILLUNS 4**

SOPA D'AU CASOLANA (PASTA SENSE OU)  
 PEIX PLANXA (SENSE OU) AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIMARTS 5**

MONGETA TENDRA AMB PATATA  
 VEDELLA AMB CUSCÚS DE VERDURETES  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIMECRES 6**

ESPAGUETIS AMB ALL I ALFÀBREGA (PASTA SENSE OU)  
 PINXOS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIJOUS 7**

CREMA DE VERDURES  
 ARRÒS SALTEJAT AMB PÈSOLS I CEPES  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIVENDRES 8**

CIGRONS ESTOFATS A LA RIOJANA (SENSE OU)  
 TILÀPIA A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO  
 IOGURT

**DILLUNS 11**
**FESTA**
**DIMARTS 12**
**FESTA**
**DIMECRES 13**

LLENTIES ESTOFADES AMB SOFREGIT DE CEBA I PEBROT  
 MAGRA A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIJOUS 14**

BLEDES AMB PATATA  
 GALL D'INDI AL FORN AMB VERDURETES SALTEJADES  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIVENDRES 15**

MACARRONS A LA CARBONARA AMB CREMA DE LLET (PASTA SENSE OU)  
 LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
 FRUITA DEL TEMPS

**DILLUNS 18**

MINISTRA DE VERDURES CASOLANA  
 BACALLÀ AMB SALSA DE TOMÀQUET  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIMARTS 19**

SOPA D'AU CASOLANA (PASTA SENSE OU)  
 POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA (SENSE OU) AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIMECRES 20**

TALLARINS AMB CARXOFA I VERDURES (PASTA SENSE OU)  
 TRUITA DE FARINA DE CIGRÓ AMB PA I TOMÀQUET I AMANIDA  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIJOUS 21**

CREMA DE PÈSOLS I VERDURES  
 PAELLA MARINERA  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIVENDRES 22**

VISITEM PERÚ  
 PAPAS A LA HUANCAÍNA (SENSE OU DUR)  
 LOMO SALTADO CON VERDURITAS  
 ARROZ CON LECHE PERUANO

**DILLUNS 25**

FIDEUÀ DE VERDURES I PÈSOLS (PASTA SENSE OU)  
 GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I SOJA  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIMARTS 26**

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
 PERNILETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA  
 IOGURT

**DIMECRES 27**

CIGRONS AMB CEBA I TOMÀQUET  
 CUES DE RAP AMB SALSETA I FAVETES I ENCIAM  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIJOUS 28**

BRÒQUIL AMB PATATA  
 BOTIFARRA DE PORC (SENSE OU) AMB MONGETES SALTEJADES  
 FRUITA DEL TEMPS

**DIVENDRES 29**

BROU CASOLÀ AMB VERDURETES (PASTA SENSE OU)  
 PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE (SENSE OU)  
 FRUITA DEL TEMPS