

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 PEIX

DIVENDRES 1

LLENTIES ESTOFADES AMB
VERDURETES

HAMBURGUESA MIXTA AMB
FORMATGE, ENCIAM I
TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 4

SOPA D'AU CASOLANA

CROQUETES DE PERNIL 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

PINXOS DE POLLASTRE AMB
AMANIDA D'ENCIAM I
PASTANAGA

FRUITA DEL TEMPS

DIJOUS 7

CREMA DE VERDURES

**ARRÒS SALTEJAT AMB
PÈSOLS I CEPES (SENSE PEIX)**

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 8

CIGRONS ESTOFATS A LA
RIOJANA

TRUITA D'ESPINACS AMB
ENCIAM I BLAT DE MORO

IOGURT

DILLUNS 11

FESTA

DIMARTS 12

FESTA

DIMECRES 13

LLENTIES ESTOFADES AMB
SOFREGIT DE CEBA I PEBROT

OUS DURS AMB TOMÀQUET
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

MAGRA DE PORC A LA PLANXA
AMB AMANIDA D'ENCIAM I
OLIVES

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 18

MINISTRA DE VERDURES
CASOLANA

MANDONGUILLES MIXTES
AMB SALSA DE TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 19

SOPA D'AU CASOLANA

POLLASTRE ARREBOSSAT
CASOLÀ AMB AMANIDA
D'ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 20

TALLARINS AMB CARXOFA I
VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA AMB
PA I TOMÀQUET I AMANIDA

FRUITA DEL TEMPS

DIJOUS 21

CREMA DE PÈSOLS I
VERDURES

PAELLA DE CARN

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 22

VISITEM PERÚ
PAPAS A LA HUANCAÍNA

LOMO SALTADO CON
VERDURITAS



ARROZ CON LECHE PERUANO

DILLUNS 25

**FIDEUÀ DE VERDURES I
PÈSOLS (SENSE PEIX)**

TRUITA D'ALBERGÍNIA I
PATATA AMB ENCIAM I SOJA

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 26

ARRÒS AMB TOMÀQUET

PERNILETS DE POLLASTRE
AMB AMANIDA D'ENCIAM I
REMOLATXA

IOGURT

DIMECRES 27

CREMA DE PASTANAGA

CIGRONS AMB CEBA I
TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

DIJOUS 28

BRÒQUIL AMB PATATA

BOTIFARRA DE PORC AMB
MONGETES SALTEJADES

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 29

BROU CASOLÀ AMB
VERDURETES

PIZZA CASOLANA DE
XAMPINYONS I FORMATGE
(SENSE TRACES DE PEIX)

FRUITA DEL TEMPS