

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 NO PORC

**DIVENDRES 1**

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES

**HAMBURGUESA DE PEIX AMB**  
FORMATGE, ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

**DILLUNS 4**

**SOPA CASOLANA (BROU VEGETAL)**

DELICIES DE PEIX 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

FRUITA DEL TEMPS

**DIVENDRES 8**

**CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES**

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 AMB CREMA DE LLET (SENSE BACÓ)**

LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES

FRUITA DEL TEMPS

**DILLUNS 18**

MINISTRA DE VERDURES CASOLANA

MANDONGUILLES DE PEIX AMB SALS DE TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

**DIMARTS 19**

**SOPA CASOLANA (BROU VEGETAL)**

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 MARINERA

FRUITA DEL TEMPS

**DIVENDRES 22**

**VISITEM PERÚ PAPAS A LA HUANCAÍNA**

**GARBANZOS SALTADOS CON VERDURITAS**

**ARROZ CON LECHE PERUANO**

**DILLUNS 25**

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

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**

CIGRONS AMB CEBA I TOMÀQUET

CUES DE RAP AMB SALSETA I FAVETES I ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS

**DIJOUS 28**

BRÒQUIL AMB PATATA

**MONGETES SEQUES SALTEJADES AMB VERDURES**

FRUITA DEL TEMPS

**DIVENDRES 29**

**BROU VEGETAL CASOLÀ AMB VERDURETES**

PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE

FRUITA DEL TEMPS

