


ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA SETEMBRE 2022 MENÚ **SENSE OU**

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
FESTA	ESPAGUETIS SENSE OU A LA NAPOLITANA TRUITA A LA FRANCESA AMB FARINA DE CIGRÓ I AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	MONGETA TENDRA AMB PATATA ESTOFAT DE CARN MAGRA AMB SALSETA I CARBASSÓ IOGURT	CREMA DE LLEGUMS GALL DINDI ARREBOSSAT SENSE OU AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES VERDES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS PAELLA D'ARRÒS AMB PEIX FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR AMB PATATA MANDONGUILLES MIXTES A LA JARDINERA AMB PASTANAGA I PÈSOLS DIA MUNDIAL DE LA XOCOLATA* GELAT DE XOCOLATA SENSE TRACES O IOGURT	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES TRUITA FRANCESA AMB FARINA DE CIGRÓ I ENCIAM I OLIVES NEGRES FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA ALEMANYA (SENSE MAIONESA) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS SENSE OU AMB SOFREGIT DE VERDURES DE TEMPORADA FOGONER AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
ARRÒS A LA CASSOLA TRUITA DE PERNIL CUIT AMB FARINA DE CIGRÓ I ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OLIVES PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE OU AMB SALSA DE BOLETS (SENSE FORMATGE) PEIX FRESC SEGONS MERCAT AMB ALL I JULIVERT AL FORN ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA IOGURT	MONGETES BLANQUES ESTOFADES HAMBURGUESA MIXTA AMB PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS PIZZA CASOLANA AMB FORMATGE SENSE OU O SENSE FORMATGE I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
SOPA D'AU AMB PASTA SENSE OU GALL DINDI AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE CARBASSÓ AMB FARINA DE CIGRÓ I AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (TONYINA, BLAT DE MORO I OLIVES) POLLASTRE AMB SALSA BARBACOA I ENCIAM I PASTANAGA IOGURT	DIA INTERNACIONAL DE LA CONCIENCIACIÓ SOBRE EL DESPERDICI ALIMENTARI ESPIRALS SENSE OU AMB PERNIL I BLAT DE MORO CUES DE RAP AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA  MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	BLEDA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: pera, 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 iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.



Un cop al mes, postre casolà

BON INICI DE CURS!



**13 de setembre: Dia mundial de la xocolata, festivitat que va néixer a França en 1995 com homenatge al escriptor Roald Dahl, autor del llibre "Charlie i la fàbrica de xocolata".*



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat