

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



Les fruites del temps són: kiwi, mandarina, poma, taronja,... Augmenta els cítrics per prevenir refredats! 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.

DILLUNS 5		DIMARTS 6		DIMECRES 7		DIJOUS 8		DIVENDRES 9	
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA DE TONYINA AMB FARINA DE CIGRÓ I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS		FESTIU		PASTA SENSE OU AMB PESTO D'ESPINACS (SENSE FORMATGE) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE OU AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS		FESTIU		FESTIU DE LLIURE DISPOSICIÓ	
DILLUNS 12		DIMARTS 13		DIMECRES 14		DIJOUS 15		DIVENDRES 16	
CREMA DE LLEGUMS FIDEUS SENSE OU A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS		ARRÓS 2 DELÍES (PÈSOLS I PASTANAGA) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS		CIGRONS GUISATs AMB BLEDES TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ I ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS		TRINXAT DE COL I PATATA HAMBURGUESES A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS		VISITEM FINLANDIA HERNEKEITTO (SOPA DE PÈSOLS, PORC I VERDURES) SENSE OU PEIX AL FORN AMB POTTUVOI (PURÉ DE PATATA) PASTÍS CASOLÀ SENSE OU	
DILLUNS 19		DIMARTS 20		DIMECRES 21					
ARRÓS AMB TOMÀQUET LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS		MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA VEGANA DE XAMPINYONS AMB FARINA DE CIGRÓ I AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS		MENÚ DE NADAL ESCUDELLA DE GALETS SENSE OU POLLASTRE ROSTIT AMB PANSES I PRUNES POSTRE ESPECIAL SENSE OU O IOGURT					



Un cop al mes, postre casolà



Dia dels Drets Humans



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat