

# ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA

## ABRIL 23

## MENÚ **SENSE CARN**

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
<b>FESTA</b>	ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA <b>CROQUETES DE BACALLÀ</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS ESTOFATS ( <b>S/CARN</b> ) TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATA PEIX AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	<b>ARRÒS 2 DELICIES ( S/PORC)</b> <b>COUS COUS SALTAT AMB VERDURES</b> IOGURT
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA FIDEUÀ AMB GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	BLEDA AMB PATATA <b>HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL</b> A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA I PATATA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOIA IOGURT	<b>CELEBREM SANT JORDI</b> SOPA <b>VEGETAL DE LLETRES</b> <b>PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMERES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
MACARRONS AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	MINESTRA CASOLANA CANELONS DE TONYINA O <b>ESPINACS</b> AMB BEIXAMEL FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA <b>OUS REMENATS</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDDURES <b>PEIX FRESC SEGONS MERCAT</b> AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	<b>VISITEM VENEZUELA</b> ARRÒS AMB "FRIJOLES" "AREPAS" AMB <b>VERDURES SALTADES I OU DUR</b> "BIEN ME SABE" (PA DE PESSIC DE COCO)

Les fruites del temps són: maduixes, nespra, plàtan, taronja i mandarines.  
Es servirà pa integral.  
Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i oli de gira-sol alt oleic per fregir.  
Ús de sal iodada per cuinar.  
Carn i pollastre produïts a Catalunya.  
Peix fresc provinent de les llotges catalanes.  
Menús elaborats pel departament de Dietètica i nutrició  
Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

**PRENEM CONSCIÈNCIA I TREBALLEM PER REDUIR EL MALBARATAMENT ALIMENTARI.**

CONSEQUÈNCIES DE MALBARATAR ALIMENTS


Cada vegada que el menjar acaba a les escombraries, estem malbaratant:

- La **feina** de moltes persones.
- Els **recursos naturals**.
- Els **diners** necessaris per produir-lo.

RECUPEREM EL VALOR DELS ALIMENTS!



 @comacasa.menjadorscolars

 www.comacasamenjadors.cat



Un cop al mes, postre casolà



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Agricultura,  
Ramaderia, Pesca i Alimentació