

ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCAMENÚ **SENSE CARN**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Setembre 2023

11

FESTIU

12

PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS

PAELLA MARINERA

FRUITA DEL TEMPS

13

MONGETA VERDA AMB PATATA

MANDONGUILLES DE PEIX A LA JARDINERA AMB PASTANAGA I PÈSOLS

FRUITA DEL TEMPS

14

EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS (S/CARN)

TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DEL TEMPS

15

MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES DETEMPORADA

PEIX ADOBAT CASOLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE

FRUITA DEL TEMPS

18

ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES

TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA

FRUITA DEL TEMPS

19

AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OLIVES

PEIX A LA PLANXA/FORN AMB XAMPINYONS

FRUITA DEL TEMPS

20

TALLARINS A LA CARBONARA (S/CARN)

LLUÇ AMB ALL I JULIVERT AL FORN I ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA

FRUITA DEL TEMPS

21

MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA

HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA

IOGURT

22

CREMA DE VERDURES I PÈSOLS

PIZZA CASOLANA (S/CARN) AMB AMANIDA

FRUITA DEL TEMPS

25

CREMA DE LLEGUMS

FIDEUÀ AMB GAMBETES (S/CARN)

FRUITA DEL TEMPS

26

AMANIDA D'ARRÒS (TONYINA, BLAT DE MORO I OLIVES)

PEIX AMB SALSA BARBACOA I ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DEL TEMPS

27

LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES

TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

28

COLIFLOR AMB PATATA

MANDONGUILLES DE PEIX O VEGETALS AMB SALSA DE TOMÀQUET

IOGURT

29

AMANIDA RUSSA

PEIX FRESC SEGONS MERCAT AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA

MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL CASOLANA

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%.

Peix fresc de les llotges de Palamós: maira, seitó, canana, gallineta, rosada, sardina, fogoner, gall de sant pere, abadeig,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

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

Bon inici de curs!

