

# ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA **MENÚ SENSE LACTOSA/ PLV**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

## Setembre 2023

11

FESTIU

12

PURÉ DE CARBASSÓ (SENSE LLET)  
AMB CROSTONS SENSE LLET O SENSE  
CROSTONS

PAELLA **MARINERA ESPECIAL**

FRUITA DEL TEMPS

13

MONGETA VERDA AMB PATATA

**PEIX** A LA JARDINERA AMB PASTANAGA  
I PÈSOLS

FRUITA DEL TEMPS

14

EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS  
SALTATS

TRUITA DE PATATA I CEBA AMB  
ENCIAM I OLIVES

FRUITA DEL TEMPS

15

MACARRONS AMB SOFREGIT DE  
VERDURES DETEMPORADA

PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS  
CASOLANS AMB AMANIDA D'ENCIAM  
I COGOMBRE

FRUITA DEL TEMPS

18

ARRÒS A LA CASSOLA AMB  
HORTALISSES

TRUITA **FRANCESA** AMB ENCIAM I  
POMA

FRUITA DEL TEMPS

19

AMANIDA DE PATATA, TONYINA I  
OLIVES

PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS  
AMB XAMPINYONS

FRUITA DEL TEMPS

20

TALLARINS **AMB TOMÀQUET I  
BACÓ SENSE LLET O SENSE BACÓ**

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

FRUITA DEL TEMPS

21

MONGETES BLANQUES AMB  
SAMFAINA

HAMBURGUESA **D'AU** AMB  
**AMANIDA**

IOGURT **DE SOIA**

22

CREMA DE VERDURES I PÈSOLS  
(SENSE LLET)

**PIZZA (MASSA SENSE LLET O  
PANINI) CASOLANA (SENSE  
FORMATGE)** AMB AMANIDA

FRUITA DEL TEMPS

25

CREMA DE LLEGUMS (SENSE LLET)

FIDEUÀ AMB GAMBETES

FRUITA DEL TEMPS

26

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

POLLASTRE 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

SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB  
SALSA DE TOMÀQUET

IOGURT **DE SOIA**

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!*

