



# Maig 2024

## ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA

## MENÚ **SENSE OU**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 <b>FESTIU</b>	2 ESPAGUETIS <b>SENSE OU</b> A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE) "TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	3 CIGRONS SALTATS O ESTOFATS LLUÇ A LA LLI MONA ( <b>SENSE OU</b> ) AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
4 AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES <b>FIDEUS SENSE OU</b> A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	7 LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES "TRUITA VEGANA D'ESPINACS I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O PEIX PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	8 CREMA DE CARBASSÓ CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE BLEDA, CARBASSA I PATATA SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRASOL IOGURT	10 ARRÒS AMB BLAT DE MORO I OLIVES SUQUET DE PEIX FRUITA DEL TEMPS
13 <b>PASTA SENSE OU</b> AMB PESTO DE BRÒCOLI (S/FORMATGE) "TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	14 ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	15 SOPA DE <b>PASTA SENSE OU</b> PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE VERDURES <b>MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O PEIX PLANXA</b> FRUITA DEL TEMPS	17 AMANIDA RUSSA CASOLANA (S/OU NI MAIONESA) ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES IOGURT
20 <b>FESTIU</b>	21 ARRÒS AMB VERDURES <b>POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ</b> SENSE OU AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	22 AMANIDA DE <b>PASTA SENSE OU</b> AMB OLIVES I BLAT DE MORO <b>PEIX</b> AMB SALS DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	23 PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍIA HAMBURGUESA MIXTA ( <b>SENSE OU</b> ) AMB AMANIDA IOGURT	24 MONGETA VERDA AMB PATATA ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
27 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS "TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	28 AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO) CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	29 <b>GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA</b> "PAD THAI" ( <b>PASTA SENSE OU</b> AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I SALS DE SOJA) "GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,, CEBA, PEBROT I SALS DE SOJA) AMB AMANIDA "KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO) 	30 MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS <b>CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS</b> AMB ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	31 PURÉ DE PORROS AMB <b>CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS</b> <b>MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O CARN PLANXA</b> AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS

*Un cop al mes, unes postres casolanes*

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

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

*Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats*

