

MENÚ MENJADOR ESCOLAR

dl01

Mongeta tendra amb patata

Estofat de vedella amb pèsols

Peça de fruita de temporada

dt02

Llenties estofades

Truita de calçots amb amanida

Peça de fruita de temporada

dc03

Espaguetis integrals a la carbonara

Peix al forn amb amanida

logurt natural La Fageda

dj04

Crema de carbassa i mongetes seques

Croquetes de bolets amb amanida

Peça de fruita de temporada

dv05

Arròs amb salsa de tomàquet i verdures picades

Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida

Peça de fruita de temporada

dl08

Trinxat de col i patata

Pinxo de gall d'indi adobat amb amanida

Peça de fruita de temporada

dt09

Fideuà amb all i oli de mongetes seques

Bunyols de bacallà (elaboració pròpia) amb amanida

logurt natural Boisans

dc10

Sopa de peix amb arròs

Truita de patata sense ou amb farina de cigró (elaboració pròpia) amb amanida

Peça de fruita de temporada

dj11

Mongeta del carai estofada

Remenat d'ou amb pernil i amanida

Peça de fruita de temporada

dv12

Patates saltades amb carbassa, xampinyons, ceba i espinacs

Peix al forn amb amanida

Peça de fruita de temporada

dl15

LLIURE DISPOSICIÓ

dt16

Verdura tricolor

Llenties amb arròs i daus de conill

Peça de fruita de temporada

dc17

Cuscús amb verdures

Pollastre rostit amb amanida

Peça de fruita de temporada

dj18

Sopa amb pasta

Peix arrebossat amb amanida

Peça de fruita de temporada

dv19

Crema de calçots

Pastís d'ou amb carbassó i mongetes seques (elaboració pròpia)

Peça de fruita de temporada

dl22

Crema de verdures

Llom de porc aromatitzat amb patates fregides

Peça de fruita de temporada

dt23

Macarrons integrals amb salsa tomàquet

Pernilets de pollastre amb amanida

Peça de fruita de temporada

dc24

Cigrons saltats amb bledes

Pastis de patata i carbassó amb beixamel de coliflor (elaboració pròpia)

Peça de fruita de temporada

dj25

Brocoli amb patata

Truita de formatge (ous Viver Bell-lloc) amb amanida

Peça de fruita de

dv26

Paella de verduretes

Peix al forn amb amanida

logurt natural El Berguedà

dl01

dt02

dc03

dj04

dv05

Les verdures i hortalisses del menú estan susceptibles a canvis segons la disposició del nostre pagès. La nostra prioritat sempre es treballar amb aliments frescos i de temporada.

El 95% del nostre producte és de proximitat i/o ecològic (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics, etc.)

El 95% del nostre peix és fresc • les carns i el pollastre són de granges de proximitat

DIETISTA: Tots els menús estan supervisats per la Blanca Esteve, Dietista Nutricionista d'Aleanutri, amb el número de col·legiada CAT000276



PROPOSTA DE SOPARS A CASA

dl01

Amanida de tomàquet amb api

Pasta farcida de formatge amb salsa pesto

Peça de fruita de temporada

dt02

Carbassó gratinat amb salsa de tomàquet

Calamars amb suquet i patates

Peça de fruita de temporada

dc03

Sopa de verdures amb arròs

Daus de gall dindi saltats amb xampinyons

logurt natural La Fageda

dj04

Patates amb pistó

Truita d'alvocat amb amanida

Peça de fruita de temporada

dv05

Albergínia amb tomàquet i mozzarella al forn

Hamburguesa de llegums amb amanit

logurt natural

dl08

Amanida de quinoa amb remolatxa, cigrons, pastanaga, alvocat i nous

Peça de fruita de temporada

dt09

Crema de carbassó i poma

Broxeta de pollastre amb pebrot, ceba i sèsam amb salsa teriyaki

logurt natural Boisans

dc10

Espinacs saltats amb patata

Lluç arrebossat amb amanida

Peça de fruita de temporada

dj11

Espaguetis de carbassó

Crep desalmó fumat i alvocat

Peça de fruita de temporada

dv12

Amanida grega

Ous farcits

Peça de fruita de temporada

dl15

Crema de llenties vermelles

Remenat de verdures i pernil

logurt La Granja del Montseny

dt16

Verdures en tempura

Bacallà a l'all cremat amb patata

Peça de fruita de temporada

dc17

Risotto de xampinyons

Hamburguesa de vedella amb pebrot escalivat

Peça de fruita de temporada

dj18

Carxofes al forn

Hummus de remolatxa i mongetes seques amb crudités

Peça de fruita de temporada

dv19

Patates amb all i julivert

Gall dindi farcit d'espínacs, formatge i panses

logurt natural

dl22

Amanida de tomàquet amb olivada

Quiche de verdures i formatge

Peça de fruita de temporada

dt23

Brou de marisc amb arròs

Xipirons amb all i julivert

Peça de fruita de temporada

dc24

Wok de pasta amb verdures

Salmó amb salsa iogurt

Peça de fruita de temporada

dj25

Amanida de llenties

Croquetes vegetals amb amanit

Peça de fruita de temporada

dv26

Crema de pastanaga amb cruixent de yuca

Fingers de pollastre arrebossat amb ametlla al forn amb amanit

logurt natural El Berguedà

dl01

dt02

dc03

dj04

dv05