

*Bon Nadal i
Felicitat 2022*

PEIXOS NOVEMBRE

Bonítol, canana, lluç, maira
i seitó.



ecocarrels

*Bon Nadal i
Felicitat 2022*

FRUITA I VERDURA NOVEMBRE

- Caqui, kiwi, mandarina, pera, plàtan i poma.
- Bleda, carbassa, col, coliflor, espinacs, mongeta verda, pastanaga i porro.



ecoarrrels



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		Sopa de verdures amb pasta Ales de pollastre rostides al forn amb patates deluxe	Mongetes estofades amb verdures Mandonguilles a la jardinera amb amanida	Crema de verdures de tardor Peix de mercat amb amanida
	Festiu	Festiu	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge amb pastanaga ratllada	Guisat de lleties amb verdures Bacallà a la llauna amb patata panadera
Espaguetis a la napolitana Truita de patates amb amanida	Mongetes saltejades amb ceba, all i julivert Botifarra al forn amb amanida	Sopa de peix amb arròs Pollastre arrebossat amb amanida	Arròs amb verdures i xampinyons Peix de mercat amb amanida	Verdures de tardor amb patata Guisat de cigrons amb bulgur
Guisat de lleties amb verdures Croquetes de pernil amb amanida	Arròs amb salsa de pastanaga i tomàquet Truita d'espínacs amb amanida	Escudella de Nadal Canelons de Nadal	Vacances Nadal	Vacances Nadal
Vacances Nadal	Vacances Nadal	Vacances Nadal	Vacances Nadal	Vacances Nadal

postres




Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt	Fruita del temps
------------------	------------------	------------------	--------	------------------

- Tots els plats estan elaborats pels cuiners del centre a partir d'ingredients frescos, de temporada i de proximitat.
- El peix es cuina amb la tècnica culinària adient per cada tipus. La guarnició és amanida pels fregits i patata panadera amb verdura pels cuinats al forn.
- Les amanides de guarnició s'acompanyen, segons temporada, amb: olives, nap, pastanaga, remolatxa, ceba tendra, cogombre i llavors.
- Tots els àpats s'acompanyen amb pa.
- Aquests menús estan subjectes a variacions per no disponibilitat en el mercat d'algun producte de temporada.
- Els menús estan revisats per en David Caballé i la dietista Mireia Oriol i Noguera,



- Menú de proteïna vegetal
- Jornada gastronòmica

Mesures Covid-19

Al menjador:

-  Ventilació, rentat de mans i disposició de l'alumnat per grups de convivència estable.
-  Les tasques cooperatives dels infants de parar i desparar taula, o d'altres, seran exclusivament per al seu grup de convivència.
-  Distància de seguretat entre adults i infants de 1,5 metres.

Al temps de lleure:

-  Disposició de l'alumnat per grups de convivència estable.
-  Ús obligatori de la mascareta per les activitats a l'interior.



Quins productes són ecològics?



- Carn de vedella (exceptuant el tall rodó)
- Cereals
- Fruita
- Iogurt
- Llegums
- Oli verge extra
- Productes vegetarians
- Varis: espècies, sucre, sal i vinagre
- Verdures i hortalisses

Properament dispondrem de certificat de restauració ecològica INTERECO.