ESCOLA EL POLVORI

ROTACIÓ MENÚS 2019-2020 — DIETA: BASAL

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
inici setmana						
1 SETMANA	*Primer plat*	Llenties (ceba, patata i xoriç)	Mongeta verda i patata	Crema de verdues	Fideuà(sofregit i verdures)	Arròs amb tomàquet
	Segon plat	*Truita	Llom en salsa	Pollastre forn	Lluç planxa	Hamburguesa de vedella
	Guarnició	Enciam i tomàquet	Enciam i pastanaga	Enciam i blat de moro	Enciam i olives	Enciam i soja
	Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic
inici setmana						
2 SETMANA	*Primer plat*	Espirals carbonara	Amanida russa	Cigrons(sofregit, patata i verduretes)	Arròs amb calamar	Crema de pastanaga
	Segon plat	Bacallà forn	Bistec de pollastre planxa	Lluç forn	*Truita	Botifarra forn
	Guarnició	Tomàquet i olives	Enciam i blat de moro	Enciam i soja	Enciam i tomàquet	Patates fregides
	Postres	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
inici setmana						
3 SETMANA	*Primer plat*	Espaguetis amb tomàquet	Llenties (ceba, patata i xoriç)	Crema de carbassó	Pesols amb patata	Arròs(pèsols, llom i sofregit)
	Segon plat	*Truita	Lluç al forn	Pollastre forn	Estofat de vedella	Croquetes de rostit
	Guarnició	Enciam i blat de moro	Tomàquet i pastanaga	Enciam i olives	amb bolets	Enciam i cogombre
	Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps
inici setmana						
4 SETMANA	*Primer plat*	Mongeta blanca	Crema de verdures	Arròs amb costella	Sopa de fideus	Minestra de verdures
	Segon plat	Escalopa de porc	Bistec de pollastre planxa	Halibut forn	Mandonguilles	*Truita
	Guarnició	Enciam i pastanaga	Xampinyons	Patates xips	amb salsa i bolets	Enciam i blat de moro
	Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps

LES TRUITES ES SERVIRAN EN ROTACIÓ DE : FRANCESA, PERNIL DOLÇ, PATATA AMB CEBA, TONYINA O ESPINACS

ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA I AIGUA

CUINAT AMB OLI D'OLIVA O OLI DE GIRASOL ALT OLEIC

Recomanacions del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.
L'edat d'introducció d'aliments,pot variar en funció de cada pediatra.

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment dispo sa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que composen els menús que s'elaboren.