

2019 menú novembre



Neix ben verd i mor ben roig,
i és més buit que el cap d'un boig. Què és?



MENÚ MENJADOR ESCOLAR

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

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 CARNES I EL POLLASTRE SÓN DE GRANGES DE PROXIMITAT



Crema de verdures de temporada

Croquetes de bacallà
i enciam meravella
Peça de fruita

Macarrons bolonyesa amb picada
de proteïna vegetal
Fricandó de vedella
i amanida variada
Peça de fruita

Arròs amb tomàquet i sofregit de
ceba
Truita d'albergínia
i amanida variada
Peça de fruita

Verdura de temporada amb rajolí
d'oli
Hamburguesa de vedella
i bastonet de pastanaga
Peça de fruita

Pasta amb tonyina i sofregit de ceba i
tomàquet

Truita de carbassó
enciam i olives
Peça de fruita

Crema de carbassa i moniato amb
rostes
Pinxo de gall d'indi
i enciam
Peça de fruita

Escudella barrejada amb cigrons
Calamar estofat amb cebeta dolça
bastonets de pastanaga
Iogurt del Berguedà

Amanida variada amb formatge fresc
Arròs a la cubana amb ou ecològic
enciam i soja
Peça de fruita

Arròs amb sofregit de verdures

Peix amb suquet al forn
i amanida variada
Peça de fruita

Mongeta estofada amb verdures
Pollastre del rei del galliner a la
llimona
i enciam i remolatxa
Iogurt ecològic Boisans

Verdura de temporada
Mandonguilles conill
i enciam i cogombre
Peça de fruita

Pasta a la napolitana
Peix amb verdures
i enciam i tomàquet
Peça de fruita

Sopa minestrone

Llenties pardines amb arròs integral
i enciam de Roure
Iogurt d'ovella La Cleda

Trinxat de la Cerdanya amb
cansalada i botifarra negra
Peix blanc al forn amb verdures
i bastonet de cogombre
Peça de fruita

Espirals amb salsa de xampinyons i
pernil dolç
Peix amb llit de ceba
i enciam i tomàquet
Peça de fruita

Crema de pastanaga
Aletes/pernilets de pollastre al forn
enciam i olives
Peça de fruita

Verdura de temporada

Llom amb salsa de préssec
i tomàquet amanit
Peça de fruita

Sopa de de pistons i arròs
Truita de patata i ceba
i bastonet de pastanaga
Peça de fruita

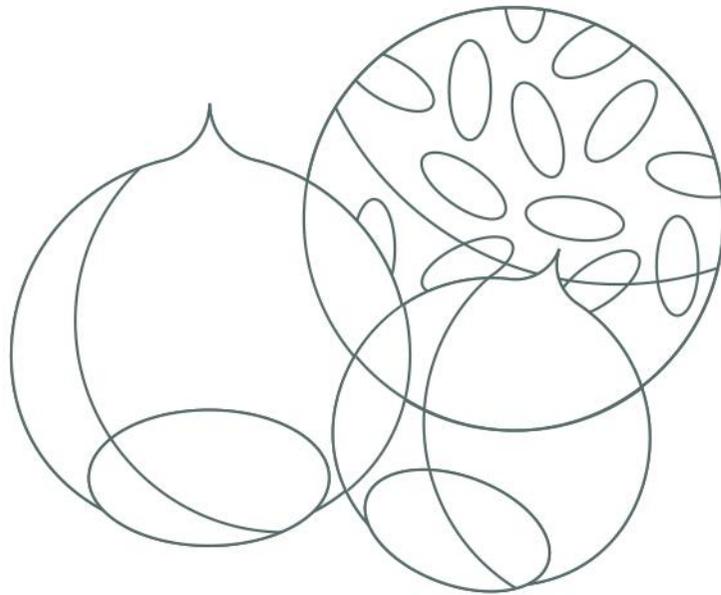
Crema de porros
Pizza de pernil dolç
i enciam i olives
Peça de fruita

Mongetes blanques caldoses
amb verdures
Gall d'indi al forn
enciam i cogombre
Iogurt la Fageda

2019 menú **novembre**

Solució a l'endevinalla: EL PEBROT

Proposta de sopars a casa



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
28	29	30	31	01
Sopa de bicicletes Pollastre al forn amb patata panadera i amanida logurt	Amanida russa amb maionesa i tonyina Peix blau a la planxa i amanida logurt	Blat sarraí amb verdures saltejades Hamburguesa de vedella amb patates rosses logurt	Arròs amb tomàquet Peix blanc al forn amb llet de ceba i amanida Fruita	Entrepà d'hamburguesa amb enciam, tomàquet i formatge xips de verdures i xampinyons saltejats logurt
04	05	06	07	08
Arròs saltejat amb verdures Peix blau a la planxa i amanida logurt	Cuscús amb sofregit de tomàquet i ceba Truita de carbassó i bastonets de pastanaga logurt	Dips de verdures crues amb hummus Peix a la planxa i xips de moniato al forn Fruita	Sopa de fideus Salsitxes de porc i coliflor arrebossada logurt	Crema de pastanaga i xirivía Fajites de pollastre i verdures logurt
11	12	13	14	15
Col amb moniato aixafat Pollastre al forn amb romaní i amanida logurt	Quinoa amb verdures Llom a la planxa i verdures al forn Fruita	Arròs amb bolets Peix blau al forn i tomàquet amanit logurt	Crema de verdures de temporada Gall d'indi a la planxa i xampinyons logurt	Brotxetes de tomàquet xerris i mozzarella Pa amb tomàquet i truita francesa i amanida logurt
18	19	20	21	22
Espirals amb tomàquet Peix blau al forn i bastonet de pastanaga Fruita	Bròquil amb patata Pollastre amb llimona al forn i ceba dolça logurt	Sopa d'espelta Truita de moniato i ceba i amanida logurt	Arròs tres delícies Calamar estofat amb ceba i amanida logurt	Vichyssoise Pizza de tonyina Fruita
25	26	27	28	29

Pinta'm !!!!