

MENÚ MENJADOR ESCOLAR Mestres

dl02

Torrada amb escalivada

Calamar a la planxa amb acompanyament i enciam meravella

Peça de fruita

dt03

Rissotto de xampinyons

Pollastre a la planxa amb acompanyament i tomàquet amanit

Peça de fruita

dc04

Amanida de lleties

Truita de tonyina amb acompanyament i amanida

logurt

dj05

Verdura de temporada

Pollastre al forn amb acompanyament i amanida

Peça de fruita

dv06

Amanida amb formatge de cabra, poma i nous

Bacallà al forn amb acompanyament

logurt

dl09

Crema de verdures

Crostó de vedella amb acompanyament i amanida verda

logurt

dt10

Fideus orientals amb verdures

Peix blau a la planxa amb acompanyament i enciam amb remolatxa

Peça de fruita

dc11

Verdura variada

Pollastre a la planxa amb acompanyament i amanida

logurt

dj12

Graellada de verdures

Remenat de bolets amb acompanyament i tomàquet amanit

Peça de fruita

dv13

Escalivada amb espàrrecs verds

Sèpia a la planxa amb acompanyament i enciam de roure

Peça de fruita

dl16

Arròs amb verdures

Xurrasco a la planxa amb acompanyament i amanida amb olives

Peça de fruita

dt17

Espinacs a la catalana

Bacallà al forn amb acompanyament i amanida de tomàquet

logurt

dc18

Pasta saltejada amb verdures

Truita a la francesa amb acompanyament i amanida verda

Peça de fruita

dj19

Vichyssoise

Llom a la planxa amb acompanyament i enciam de roure

Peça de fruita

dv20

Torrada amb espàrrecs verds i formatge gratinat

Pollastre a la planxa amb acompanyament i amanida

logurt

dl23

Carxofes saltejades amb pernil

Sèpia a la planxa amb acompanyament i amainada verda

Peça de fruita

dt24

Cigrans amb rajolí d'oli

Peix al forn amb acompanyament i amanida amb remolatxa

logurt

dc25

Bledes amb patates

Pollastre al forn amb llit de ceba amb acompanyament i amanida amb olives

Peça de fruita

dj26

Crema de verdures

Remenat d'ou amb espàrrecs i gambetes amb acompanyament i enciam meravella

logurt

dv27

Escalivada amb tonyina

Hamburguesa de vedella amb acompanyament i tomàquet amanit

Peça de fruita

dl30

Crema de carbassa

Llom a la planxa amb acompanyament i tomàquet amanit

logurt

dt01

dc02

dj03

dv04

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

dl02

Tabulé de verdures

Rap amb farina de cigró amb amanit

logurt natural

d03

Amanida de quinoa amb carbassa, xampinyons, lleties i ou dur ratllat

Peça de fruita de temporada

dc04

Patata amb espinacas saltat amb nous i pollastre al curry

Peça de fruita de temporada

dj05

Sopa de peix amb fideus

Bacallà a la llauna

Peça de fruita de temporada

dv06

Arròs saltat amb bolets i pèsols

Ous farcits gratinats

Peça de fruita de temporada

dl09

Pèsols saltats amb ceba, patata i salmó

Peça de fruita de temporada

dt10

Fals cous cous amb brocoli i coliflor amb moniato i xampinyons

Brotxeta de gall dindi saltat amb pebrot

Peça de fruita de temporada

dc11

Tabulé de mill amb mongeta tendra, pastanaga i albergínia

Bistec de vedella amb hummus de cigró

logurt natural

dj12

Timbal de verdures amb formatge de cabra

Remanat d'ous amb gambetes i amanit

Peça de fruita de temporada

dv13

Carxofes amb sèpia i patata

Peça de fruita de temporada

dl16

Espirals integrals amb sofregit de tomàquet

Remanat d'ou amb espinacs i pernil

Peça de fruita de temporada

dt17

Mil fulls de patata i verdures

Dorada al fon amb pastanaga

logurt natural

dc18

Poke bowl de quinoa amb llegum, carbassó, pastanaga, ceba, alvocat, tomàquet i fruits secs

Peça de fruita de temporada

dj19

Sopa de galets

Truita de formatge amb amanida

Peça de fruita de temporada

dv20

Crema de carbassa amb sèsam i pipes de carbassa

Coca de recapte de verdures i pollastre

Peça de fruita de temporada

dl23

Cuscús amb verduretes

Ous al plat amb tomàquet

Peça de fruita de temporada

dt24

Sopa de letres

Pollastre amb xampinyons i amanida

Peça de fruita de temporada

dc25

Brocoli amb patata

Hamburguesa de vedella amb amanida

Peça de fruita de temporada

dj26

Tomàquet amanit amb all i julivert amb xipirons saltejats

Peça de fruita de temporada

dv27

Escudella amb patata, cigró, arròs verdures i lluç esmicolat

logurt natural

dl30

Cigrans amb espinacs i pinyons

Broqueta de peix i sípia amb pastanaga a la planxa

Peça de fruita de temporada

dt01

dc02

dj03

dv04