

## MENÚ MENJADOR ESCOLAR

Mestres

dl30

dt31

dc01

dj02

dv03

dl06

dt07

dc08

dj09

dv10

dl13

Arròs amb verdures

Bacallà al forn amb ceba i patata al caliu

Peça de fruita de temporada

dt14

Amanida variada

Pollastre al forn amb carbassó

Peça de fruita de temporada

dc15

Amanida de lleties

Bunyols de bacallà amb espàrrecs verds

logurt natural La fageda

dj16

Amanida de pasta

Truita a la francesa i tomàquet al forn

Peça de fruita de temporada

dv17

Escalivada amb tonyina

Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada

Peça de fruita de temporada

dl20

Verdura de temporada

Llom de porc a la planxa amb pebrot verd fregit

Peça de fruita de temporada

dt21

Amanida de cigrons

Sèpia a la planxa amb espàrrecs

logurt natural La granja del Montseny

dc22

Espinacs a la catalana

Conill al forn amb xampinyons

Peça de fruita de temporada

dj23

Empedrat amb tonyina

Ous remenats amb verduretes

Peça de fruita de temporada

dv24

Risotto amb gambes i espàrrecs

Peix al forn amb amanida

Peça de fruita de temporada

dl27

**Dia de la gastronomia del món**

Amanida grega

Budín d'arròs (típic del Nepal) amb amanida

Crema catalana



dt28

Crema de verdures

Peix amb samfaina i amanida

Peça de fruita de temporada

dc29

Torrada amb espàrrec i formatge gratinat

Calamar a la planxa amb patata al forn

Peça de fruita de temporada

dj30

Amanida de lleties

Pollastre a la planxa amb tomàquet al forn

Peça de fruita de temporada

dv01

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

dl30

dt31

dc01

dj02

dv03

dl06

dt07

dc08

dj09

dv10

dl13

Crema de pastanaga i mongeta seca

Gall d'indi rostit amb prunes

logurt natural

dt14

Quinoa saltada amb bròquil i carbassa i ou dur

Peça de fruita de temporada

dc15

Verdures saltades amb xampinyons

Rap amb suquet i patates panaderes

Peça de fruita de temporada

dj16

Bròquil amb patata

Albergínia gratinada farcida amb soja texturitzada

Peça de fruita de temporada

dv17

Sopa de peix amb arròs

Llom a la planxa amb pinya i amanida

Peça de fruita de temporada

dl20

Amanida d'arròs salvatge amb verdures

Salmó a la taronja

Peça de fruita de temporada

dt21

Bresa de verdures

Remenat d'ou amb mongetes seques i amanida

Peça de fruita de temporada

dc22

Crema de cigrons amb crostons

Pit de pollastre a la planxa amb amanida

Peça de fruita de temporada

dj23

Wok de pasta amb verduretes

Heura especiada i saltejada

logurt natural

dv24

Amanida d'estiu

Quiche de pernil i formatge

Peça de fruita de temporada

dl27

Patates gratinades

Lluç al forn amb pebrot escalivat

Peça de fruita de temporada

dt28

Amanida de pasta

Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i api

Peça de fruita de temporada

dc29

Amanida russa

Truita de carbassó i ceba amb amanida

Peça de fruita de temporada

dc30

Gaspatxo

Bistec de vedella amb patata caliu

Peça de fruita de temporada

dv01