

OCTUBRE 2021

IES MILÀ I FONTANALS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1 Minestra de verdures Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro Fruita del temps
4 Arròs integral amb tomàquet Porcions de lluç al forn amb enciam i olives Fruita del temps	5 Coliflor amb patata i raig d'oli d'oliva Estofat de porc amb verdures Fruita del temps	6 Brou de verdures amb pasta petita Pernilets de pollastre rostits amb enciam i pipes logurt	7 Cigrons estofats amb pebrot i pastanaga Trita d'espínacs i patata amb enciam i remolatxa Fruita del temps	8 Crema de carbassó i pèsols Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita del temps
11 Llaços amb salseta de formatge Trita a la francesa amb enciam i remolatxa Fruita del temps	12 FESTIU	13 Llenties estofades amb verdures Porcions d'abadejo amb all i julivert amb patata dau logurt	14 Paella de verdures Contraçuixa de pollastre al forn amb enciam i olives Fruita del temps	15 Mongeta tendra amb patata i oli d'all Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita del temps
18 Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb salsa verda Fruita del temps	19 Pèsols amb patata i raig d'oli d'oliva Mandonguilles guisades amb la seva salsa Fruita del temps	20 Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Trita de carbassó amb enciam i pipes logurt	21 Cigrons estofats amb verdures Croquetes d'espínacs amb enciam i blat de moro Fruita del temps	22 Sopa minestrone Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives Fruita del temps
25 Llenties estofades amb verdures Hamburguesa vegetal amb enciam i tomàquet Fruita del temps	26 Macarrons a la siciliana amb tomàquet i olives negres Porcions d'abadejo amb enciam i remolatxa Fruita del temps	27 Bledes amb patata i raig d'oli d'oliva Contraçuixa de pollastre al forn amb ceba i pebrot Fruita del temps	28 Arròs a la cassola Trita de patata amb enciam i pastanaga Fruita del temps	29 Crema de carbassa i moniato Estofat de vedella amb bolets Natilles de xocolata

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Minestra de verdures Hamburguesa vegetal enciam i blat de moro Fruita del temps
4 Arròs integral amb salsa de tomàquet Porcions de lluç al forn amb enciam i olives Fruita del temps	5 Coliflor amb patata i raig d'oli d'oliva Filet de gallineta amb salsa de tomàquet Fruita del temps	6 Brou de verdures amb pasta petita Pernilets de pollastre* rostits amb llimona amb enciam i pipes iogurt	7 Cigrons estofats amb pebrot i pastanaga Trita d'espínacs i patata amb enciam i remolatxa Fruita del temps	8 Crema de carbassó i pèsols Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita del temps
11 Llaços amb salseta de formatge Trita a la francesa amb enciam i remolatxa Fruita del temps	12 FESTIU	13 Llenties estofades amb verdures Porcions d'abadejo amb all i juliver i patata dau iogurt	14 Paella de verdures Contraçuixa de pollastre* al forn amb enciam i olives Fruita del temps	15 Mongeta tendra amb patata i oli d'all Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita del temps
18 Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb salsa verda Fruita del temps	19 Pèsols amb patata i raig d'oli d'oliva Mandonguilles de peix guisades amb la seva salsa Fruita del temps	20 Espirals a la carbonara sense bacó amb formatge ratllat Trita de carbassó amb enciam i pipes iogurt	21 Cigrons estofats amb verdures Croquetes d'espínacs amb enciam i blat de moro Fruita del temps	22 Sopa minestrone Contraçuixa de pollastre* al forn amb enciam i olives Fruita del temps
25 Llenties estofades amb verdures Hamburguesa vegetal al forn amb enciam i olives Fruita del temps	26 Macarrons a la siciliana amb tomàquet i olives negres Porcions d'abadejo amb enciam i remolatxa Fruita del temps	27 Mongeta tendra amb patata i raig d'oli d'oliva Pernilets de pollastre* al forn amb ceba i pebrot Fruita del temps	28 Arròs a la cassola Trita de patates amb enciam i pastanaga Fruita del temps	29 Crema de carbassa i moniato Botifarra de gall d'indi* amb seques Natilles de xocolata

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Minestra de verdures Hamburguesa vegetal enciam i blat de moro Fruita del temps
4 Arròs integral amb salsa de tomàquet Porcions de lluç al forn amb enciam i olives Fruita del temps	5 Coliflor amb patata i raig d'oli d'oliva Filet de gallineta amb salsa de tomàquet Fruita del temps	6 Brou de verdures amb pasta petita Bunyols de bacallà amb enciam i pipes iogurt	7 Cigrons estofats amb pebrot i pastanaga Fruita del temps	8 Crema de carbassó i pèsols Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita del temps
11 Liaços amb salseta de formatge Fruita del temps	12 FESTIU	13 Llenties estofades amb verdures Porcions d'abadejo amb all i juliver i patata dau iogurt	14 Paella de verdures Fruita del temps	15 Mongeta tendra amb patata i oli d'allis Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita del temps
18 Arròs amb tomàquet Fruita del temps	19 Pèsols amb patata i raig d'oli d'oliva Mandonguilles de peix guisades amb la seva salsa Fruita del temps	20 Espirals a la carbonara sense bacó amb formatge ratllat Fruita del temps	21 Cigrons estofats amb verdures Fruita del temps	22 Sopa minestrone Porcions d'abadejo amb enciam i olives Fruita del temps
25 Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	26 Macarrons a la siciliana amb tomàquet i olives negres Porcions d'abadejo amb enciam i remolatxa Fruita del temps	27 Mongeta tendra amb patata i raig d'oli d'oliva Lluç al forn amb ceba i pebrot Fruita del temps	28 Arròs amb verdures Fruita del temps	29 Crema de carbassa i moniato Croquetes de bacallà amb seques Natilles de xocolata

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Minestra saltejada Hamburguesa de vedella amb patates panaderes Fruita del temps
4 Arros a la cassola Bacallà enfarinat amb samfaina Fruita del temps	5 Coliflor gratinada Llom a la planxa amb tempura de verdures Fruita del temps	6 Brou de verdures amb pasta petita Pollastre al forn amb carxofes arrebossades iogurt	7 Cigrons estofats amb espinacs Mandonguilles amb xampinyons Fruita del temps	8 Crema de carbassó i pèsols Braó de porc amb patates Fruita del temps
11 Llaços al pesto Escalopa de porc amb pebrots de colors Fruita del temps	12 FESTIU	13 Llenties estofades amb xoriço Lluç a la vasca amb cloïsses iogurt	14 Arros de verdures Cuixes de pollastre amb xips Fruita del temps	15 Mongeta tendra amb patata i oli d'all Fricandó de vedella amb bolets Fruita del temps
18 Canelons Bacallà a la llaua Fruita del temps	19 Pèsols amb pernil i ceba Mandonguilles guisades amb la seva salsa Fruita del temps	20 Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Llom amb escalivada i anxoves iogurt	21 Cigrons estofats amb verdures i xoriço Galta de porc rostida amb ceba i pastanaga Fruita del temps	22 Sopa de galets Pollastre rostit amb prunes Fruita del temps
25 Llenties estofades amb verdures Hamburguesa mixta amb ceba caramel·litzada i patata dau Fruita del temps	26 Macarrons a la siciliana amb salsa de tomàquet i olives Rodanxa de lluç al forn amb pebrots de colors en juliana Fruita del temps	27 Espinacs a la catalana Botifarra amb seques Fruita del temps	28 Arros de montanya Fingers de pollastre amb verdures a la brasa Fruita del temps	29 Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil i ceba cruixent Estofat de vedella amb bolets Panellets