



Menú de l'escola:

FEBRER




DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

		1	2	3
		Crema de pastanaga ---- Lluç al forn amb suquet ---- Fruita	Cigrons guisats amb all i julivert ---- Truita de pernil dolç i formatge amb amanida d'enciam i tomàquet ---- Fruita àcida	Verdures tricolor amb bròquil, pastanaga, pèsols i patata ---- Anelles de calamar arrebossades ---- Fruita
6	7	8	9	10
Mongeta tendra i patates ----- Carn magra rostida amb prunes ---- Fruita	Llenties a la Riojana ---- Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga ---- Fruita àcida	Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ---- Gall dindi arrebossat amb varietat d'enciams ---- Fruita	Arròs amb salsa de verdures ----- Peix Gallineta amb salsa blanca ---- Fruita	Crema de verdures ----- Pizza casolana quatre estacions ---- Iogurt natural
13	14	15	16	17
Verdures al vapor (bròquil, coliflor, patata...) ----- Hamburguesa vegetal de quinoa ---- Fruita	Arròs caldós ---- Bacallà a la marinera (gambes i musclos) ---- Fruita	Escudella (galets, cigrons, col...) ---- Mandonguilles a la jardinera ---- Fruita àcida	Fideuada amb allioli ----- Truita amb botifarra d'ou amb amanida d'enciam i soja ---- Fruita	 Menú Carnestoltes
20	21	22	23	24
	Verdures de temporada ---- Aletes de pollastre rostides amb variats d'enciams i xerris ---- Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet ---- Salmó al forn amb tomàquet i ceba ---- Fruita	Mongetes estofades ----- Truita de patata amb enciam i olives negres ----- Fruita àcida	Espirals amb salsa carbonara ----- Bastonets de peix amb amanida d'enciam i blat de moro ---- Fruita
27	28			
Crema de carbassó ----- Hamburguesa de vedella amb amanida variada ----- Flam casolà	Arròs al forn ----- Truita d'espínacs amb amanida d'enciam i soja ----- Fruita			

MENÚ DE DIETA: 1r plat arròs bullit o verdura, 2n plat pollastre o peix i postre iogurt o poma

Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, i carns, a més, aquests són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làctiques són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

Els productes ecològics els trobareu en negreta.

Tots els àpats s'acompanyen amb pa, tres dies hi ha pa blanc i dos dies, o pa integral o pa de cereals.

Des de l'escola us oferim el nostre servei d'esmorzar.

ESMORZARS: Dilluns gall dindi / Dimarts llonganissa / Dimecres fruita / Dijous formatge / Divendres llom embotit

