

Escola – Basal (L.C)

Menú del mes de Novembre de 2016



RSIPAC: 26.06772/CAT | RGSEAA: 26.12608/B



	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	FESTIU	Arròs amb tomàquet Estofat de gall dindi amb verdures Fruita i pa	Sopa de peix Truita de carbassó i patata amb tomàquet natural Fruita i pa	Cigrons estofats amb espinacs Rosada arrebossada amb escarola logurt i pa
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Mongeta verda i patata Llom de porc a la planxa amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	Macarrons amb tonyina Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i olives Fruita i pa	Sopa de pilotetes Truita de patata i ceba amb escarola Fruita i pa	Arròs amb pollastre Lluç amb salsa verda Fruita i pa	Llenties estofades Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet natural logurt i pa
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Espaguetis amb tomàquet Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i olives Fruita i pa	Crema de carbassó Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa	Arròs amb verdures Truita tonyina amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	Mongetes blanques estofades Croquetes de brandada de bacallà amb escarola Fruita i pa	Sopa de verdures Pernilets de pollastre al forn amb tomàquet natural logurt i pa
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Minestra de verdures Llom de porc a la planxa amb enciam i olives Fruita i pa	Espirals a la napolitana amb formatge Mandonguilles de vedella amb verdures Fruita i pa	Sopa de galets Lluç a la marinera Fruita i pa	Arròs de peix Truita de patata amb tomàquet natural Fruita i pa	Cigrons estofats amb ou dur Pollastre a l'ast amb enciam, llombarda i pastanaga logurt i pa
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30		
Fideuà Contra cuixa de pollastre a la planxa amb escarola Fruita i pa	Crema de pastanaga Botifarra de porc al forn amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	Llenties estofades Truita francesa amb tomàquet natural Fruita i pa		

MARGARITA PONS SEGUÍ  
CAT 001031

Els nostres menús estan supervisats per un dietista-nutricionista col·legiat (Margarita Pons Seguí CAT001031) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable a l'etapa escolar.

TOTA la pasta alimentària (espaguetis, macarrons, etc.) són d'agricultura ecològica, fabricades a Catalunya.

TOTES les llegums (cigrons, llenties i mongetes) són del conreu del país i ecològiques.

TOTS els plats estan cuinats amb olis procedents de l'oliva. Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral.