

## Escola – Proposta sopars (L.C)

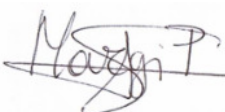
Menú del mes de Desembre de 2016



RSIPAC: 26.06772/CAT | RGSEAA: 26.12608/B



			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			Bledes a la catalana Peix fresc al forn amb patates al forn Fruita i pa	Amanida mixta Pizza feta a casa de verdures i tonyina Fruita i pa
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Sopa de peix amb pasta menuda Pit de pollastre a la planxa amb bròquil al vapor Fruita i pa	<b>FESTIU</b>	Pèsols saltejats amb all i julivert Peix fresc a la planxa amb pebrot escalivat logurt i pa	<b>FESTIU</b>	Crema de carbassó  Calamars a la romana fets a casa amb pastanaga a les fines herbes Fruita i pa
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Amanida completa amb ou dur  logurt i pa	Espinacs a la crema Peix fresc al forn amb samfaina Fruita i pa	Crema de pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb carxofes Fruita i pa	Bròquil i patata al vapor Peix fresc al vapor amb tomàquet al forn Fruita i pa	Sopa de brou Croquetes fetes a casa de bullit amb mongeta tendra Fruita i pa
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	
Sopa de verdures amb pasta fina Truita francesa amb remolatxa Fruita i pa	Crema de carbassa  Peix fresc arrebossat amb coliflor bullida Fruita i pa	Llesques de patata, carbassó, ceba i tomàquet Peix fresc a la planxa amb pastanaga bullida Fruita i pa	Amanida verda amb daus de pollastre a la planxa  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, lleties 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.