

Escola – Basal (L.C)

Menú del mes de Setembre de 2018



RSIPAC: 26.06772/CAT | RGSEAA: 26.12608/B



		DIMECRES 12	DIJOURS 13	DIVENDRES 14
		Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pernil ibèric amb escarola logurt i pa	Amanida de pasta vegetal (pasta, blat de moro, pastanaga i olives) Truita d'espínacs i patata amb enciam i olives Fruita i pa integral	Amanida de patata (tonyina, olives, ou dur i maionesa) Pollastre al forn amb saltejat de pastanaga i ceba Fruita i pa
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOURS 20	DIVENDRES 21
Crema de carbassó (carbassó, patata, ceba i llet)  Hamburguesa mixta a la planxa amb enciam i olives  Fruita i pa	Macarrons al pesto (alfàbrega i formatge)  Bacallà arrebossat amb enciam, llombarda i pastanaga  Fruita i pa	Cigrons estofats (patata, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals, picada ametlles) Contra cuixa de pollastre al forn amb all i julivert amb tomàquet amanit  Gelats i pa	Amanida russa (mongeta verda, pèsols, pastanaga, patata, tonyina, olives i maionesa) Salmó al forn amb salsa verda (ceba, mongetes verdes, farina, julivert i brou peix natural) Fruita i pa integral	Arròs amb verdures (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga, mongetes verdes i picada ametlles) Remenat d'ou i pernil dolç amb escarola  Fruita i pa
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOURS 27	DIVENDRES 28
Espirals tricolor a la carbonara (llet, ceba i bacó)  Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles Fruita i pa	Mongeta verda i patata bullida  Pollastre arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita i pa	Llenties estofades (pebrot, arròs, tomàquet, ceba i herbes provençals) Truita de patates i ceba amb enciam i olives logurt i pa	Arròs 3 delícies vegetal (pastanaga, pèsols i blat de moro) Lluç al forn amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	Crema de carbassa (carbassa, patata, ceba i llet) Estofat de gall dindi amb mongeta tendra i pastanaga Fruita i pa

Els nostres menús estan supervisats per un dietista - nutricionista col·legiat (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 oli d'oliva. Es servirà oli d'oliva per amanir. Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral.

Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

MARGARITA PONS SEGÚI  
CAT 001031