

Professors i monitors – Basal (L.C)

Menú del mes de Gener de 2019



RSIPAC: 26.06772/CAT | RGSEAA: 26.12608/B



| DILLUNS 7 | DIMARTS 8 | DIMECRES 9 | DIJOUS 10 | DIVENDRES 11 |
|--|--|--|---|--|
| FESTIU | Espirals a la carbonara Contra cuixa de pollastre al forn amb salsa de tomàquet i xampinyons Fruita i pa | Escudella barrejada Seitons arrebossats logurt i pa | Marmitako Rodó de gall dindi amb samfaina Fruita i pa integral | Cigrons amb espinacs Croquetes de bolets Fruita i pa |
| DILLUNS 14 | DIMARTS 15 | DIMECRES 16 | DIJOUS 17 | DIVENDRES 18 |
| Paella Truita de carbassó Fruita i pa | Macarrons a la bolonyesa Lluç al forn amb salsa verda Fruita i pa | Coliflor gratinada Rosada arrebossada logurt i pa | Llenties a la jardinera Mandonguilles de vedella amb sípia Fruita i pa integral | Sopa de peix Estofat de pollastre amb verdures Fruita i pa |
| DILLUNS 21 | DIMARTS 22 | DIMECRES 23 | DIJOUS 24 | DIVENDRES 25 |
| Fideuà Truita de samfaina Fruita i pa | Espirals amb tonyina Croquetes de pernil ibèric Fruita i pa | Carxofes amb cloïsses Patates amb xistorra logurt i pa | Arròs a la milanesa Lluç al forn a la marinera Fruita i pa integral | Mongetes blanques estofades Hamburguesa de vedella amb salsa espanyola Fruita i pa |
| DILLUNS 28 | DIMARTS 29 | DIMARTS 30 | DIJOUS 31 | |
| Rollitos de col i verdures Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa | Espaguetis a la napolitana Salmó al forn amb salsa verda Fruita i pa | Sopa de pagès Cuixa de pollastre a l'allet logurt i pa | Llenties estofades Truita de patata i ceba Fruita i pa integral | |

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 Seguí
MARGARITA PONS SEGÚI
CAT 001031