

## Professors i monitors – Basal (L.C)

Menú del mes de Març de 2019



RSIPAC: 26.06772/CAT | RGSEAA: 26.12608/B



				DIVENDRES 1
				Llenties a la jardinera Dauets de gall dindi adobats Fruita i pa
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
Sopa de pagès Truita de carbassó amb pebrot al forn Fruita i pa	Mongetes blanques estofades Cordon blue de gall dindi amb tomàquet al forn Fruita i pa	Fideus a la marinera Mandonguilles de vedella amb sèpia logurt i pa	Arròs a la milanesa Botifarra d'escalivada amb saltejat de patata, pastanaga i ceba Fruita i pa integral	Bròquil gratinat Abadejo amb salsa de pebrot Fruita i pa
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
Sopa de l'àvia Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa	Cigrons estofats amb ou dur Pernilets de pollastre amb samfaina Fruita i pa	Pèsols amb pernil Conill amb bolets logurt i pa	Tallarines amb bolonyesa de pollastre Perca a la llauna Fruita i pa integral	Mongetes pintes estofades Croquetes de pernil ibèric amb tomàquet al forn Fruita i pa
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
Espirals a la carbonara vegetal Truita de patates amb brasejat de verdures Fruita i pa	Sopa de ceba Estofat de porc a la jardinera Crema de Sant Josep i pa	Llenties estofades Lacón amb patates Fruita i pa	Marmitako Pollastre arrebossat amb saltejat de carbassó i ceba Fruita i pa integral	Arròs amb verdures Lluç al forn amb salsa marinera Fruita i pa
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Tallarines a la bolonyesa Pit de pollastre a la pinya Fruita i pa	Calçots arrebossats amb romesco Botifarra i cansalada a la planxa amb mongetes seques Fruita i pa	Coliflor gratinada Rosada arrebossada amb patates panadera, pebrot i ceba logurt i pa	Arròs amb tomàquet Estofat de gall dindi amb verdures Fruita i pa integral	Sopa de peix Truita d'espínacs amb saltejat campestre (mongetes tendres, albergínia, pastanaga i ceba) 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.

*Marta P.*  
NARRARITA PONS SECUS  
CAT 001031