

## MENÚ MENJADOR ESCOLAR D'1 a 3 anys

<p><b>dl01</b></p>	<p><b>dt02</b></p> <p>Macarrons amb tomàquet #</p> <p>Calamars a l'andalusa casolans amb cogombre amanit # # #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dc03</b></p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Truita de patates amb bastonets de pastanaga # # #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dj04</b></p> <p>Cigrons estofats amb carbassa</p> <p>Contraçuixa al forn amb enciam i blat de moro #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dv05</b></p> <p>Arròs amb sofregit carbassó</p> <p>Bacallà amb samfaina #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>
<p><b>dl08</b></p> <p>Llenties estofades</p> <p>Truita d'espínacs amb tomàquet amanit # #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dt09</b></p> <p>Mongeta tendra amb patates</p> <p>Gall d'indi amb salsa</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dc10</b></p> <p>Amanida de primavera # #</p> <p>Pizza de pernil i formatge amb bastonets de pastanaga # # # #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dj11</b></p> <p>Paella de verdures</p> <p>Peix fresc amb cogombre amanit # #</p> <p>logurt natural "Ubach" #</p>	<p><b>dv12</b></p> <p>Crema de verdures amb crostons #</p> <p>Contraçuixa al forn amb enciam amanit #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>
<p><b>dl15</b></p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Salsitxes amb enciam i olives #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dt16</b></p> <p>Mongetes blanques estofades</p> <p>Truita de formatge amb tomàquet amanit # # # #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dc17</b></p> <p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Peix al forn amb enciam # # # #</p> <p>logurt natural "La Fageda" #</p>	<p><b>dj18</b></p> <p>Bròquil amb patates</p> <p>Contraçuixa de pollastre al forn amb bastonets de pastanaga #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dv19</b></p> <p>Amanida de pasta # #</p> <p>Calamars a la marinera amb patata panadera #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>
<p><b>dl22</b></p> <p>Llenties estofades</p> <p>Contraçuixa de pollastre al forn amb enciam #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dt23</b></p> <p>Crema de porro i poma #</p> <p>Daus de gall d'indi saltats amb cogombre amanit #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dc24</b></p> <p>Cigrons amb samfaina</p> <p>Truita de formatge i pernil amb bastonets de pastanaga # # # #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dj25</b></p> <p>Arròs saltat amb verdures #</p> <p>Peix fresc amb cogombre amanit # #</p> <p>logurt natural "Boisans" #</p>	<p><b>dv26</b></p> <p>Patates amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Mandonguilles de vedella amb pèsols</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>
<p><b>dl29</b></p> <p>Amanida d'arròs amb olives, pastanaga i tomàquet #</p> <p>Salsitxes amb cogombre amanit # # #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dt30</b></p> <p>Llenties estofades #</p> <p>Truita de patates amb bastonets de pastanaga # #</p> <p>Peça de fruita de temporada</p>	<p><b>dc31</b></p> <p>Pasta al pesto d'espínacs # #</p> <p>Peix al forn amb enciam # #</p> <p>logurt natural "Ubach" #</p>	<p><b>dj01</b></p>	<p><b>dv02</b></p>

Les verdures i hortalisses del menú estan susceptibles a canvis segons la disposició del nostre pagès. La nostra prioritat sempre és treballar amb aliments frescos i de temporada.

Tots els dilluns, dimecres i divendres el menú es servirà amb pa integral. Si s'ha d'afegir vinagre a l'amanida continuarà sulfits. El 95% del nostre producte és de proximitat i/o ecològic (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics, etc.).

DIETISTA: Tots els menús estan supervisats per la Blanca Esteve, Dietista Nutricionista d'Aleanutri, amb el número de col·legiada CAT000276

## PROPOSTA DE SOPARS A CASA

**dl01**



**dt02**

Graellada de verdures

Hamburguesa de llegum i quinoa casolana

logurt natural

**dc03**

Arròs amb picada d'espínacs i formatge

Peix al forn amb llimona

Peça de fruita de temporada

**dj04**

Ensaladilla de pasta amb gall d'indi, formatge i maionesa

Peça de fruita de temporada

**dv05**

Vichyssoise amb crostons

Truita paisana amb amanida

Peça de fruita de temporada

**dl08**

Arròs amb tres verdures

Suquet de rap

Peça de fruita de temporada

**dt09**

Crema de llegums amb virutes de pernil

Remenat d'ou amb gambetes i amanida

Peça de fruita de temporada

**dc10**

Mongetes blanques saltades amb cus cus, carbassó i cúrcuma

Peça de fruita de temporada

**dj11**

Minestra de verdures

Bistec de vedella amb patates fregides

Peça de fruita de temporada

**dv12**

Galets amb oli i alfàbrega

Escalopa de pollastre amb amanida

logurt grec

**dl15**

Tallarines amb calamarcets i pebrots de tres colors

Peça de fruita de temporada

**dt16**

Crema de carbassó i ceba

Gall d'indi adobat amb amanida

logurt natural

**dc17**

Amanida completa

Crep amb hummus de cigró i bastonets de pastanaga

Peça de fruita de temporada

**dj18**

Arròs tropical amb pinya, panses i blat de moro

Truita de xampinyons

Peça de fruita de temporada

**dv19**

Pèsols amb pernil

Pollastre farcit d'espínacs amb amanida

Peça de fruita de temporada

**dl22**

Bressa de verdures gratinades al forn

Llom de porc amb amanida

Peça de fruita de temporada

**dt23**

Arròs al forn amb verdures i pèsols

Sardines al forn amb all i julivert

logurt begut

**dc24**

Crema de verdures

Pollastre a l'ast amb patates

Peça de fruita de temporada

**dj25**

Amanida de patates amb ou

Peça de fruita de temporada

**dv26**

Empedrat de mongeta blanca amb quinoa, xerris, olives i vinagreta cítrica

Peça de fruita de temporada

**dl29**

Gaspatxo amb picada i crostons

Cigrons saltats amb mill

Peça de fruita de temporada

**dt30**

Verdures en tempura

Broqueta de gall d'indi amb patates

Peça de fruita de temporada

**dc31**

Arròs vaporitzat amb pastanaga, ceba i daus de salmó amb sèsam

logurt natural

**dj01**

**dv02**