



MENÚ SETEMBRE CURS 2023-2024				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			7	8
			Crema de pastanaga i ceba amb picatostes	Macarrons integrals a la cassola
			Pollastre guisat amb patates fregides	Salsitxa de porc i amanida variada
			Fruita del temps	Postres làctic
11	12	13	14	15
FESTIU	Minestra de verdures amb pèsols i patata	Arròs a la cassola amb verdures	Amanida de llenties i verdures	Espirals amb salsa de formatge
	Hamburguesa mixta i amanida variada	Pollastre a la milanesa amb enciam i xerris	Fruita de patata i ceba i amanida variada	Lluç al forn amb verdures i amanida
	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctic
18	19	20	21	22
Amanida de cigrons i verdures	Arròs a la napolitana	Ensaladilla russa amb tonyina i maionesa	Vichyssoise tèbia de patata i porro	Amanida de llacets: ceba, blat i xerris
Croquetes de pernil i amanida variada	Truita a la francesa i amanida variada	Gall d'indi amb ceba confitada	Pollastre rostit amb verdures	Lluç al forn i tomàquet amanit
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctic
25	26	27	28	29
Crema de verdures variades amb picatostes	Llenties saltejades amb verdures	Arròs tres delícies: pernil, pastanaga i pèsols	Verdura tricolor amb patata	Fideus a la cassola amb verdures
Truita de formatge i amanida variada	Pollastre al forn amb espècies i amanida	Lluç al forn amb samfaina	Gall d'indi rostit amb xampinyons	Bunyols de bacallà amb amanida
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctic

* A cada àpat se serveix aigua i pa integral.

* Els aliments es cuinen amb oli d'oliva i sal iodada. Per amanir s'utilitza oli d'oliva verge.

* Un cop per setmana s'ofereix iogurt sense sucre i un cop al mes postres ensucrades.

* **RECORDEU: BELLUGUEU-VOS! FEU ACTIVITAT FÍSICA DIÀRIAMENT.**

A la nostra escola, les cuineres elaboren tots els àpats amb productes frescos de proximitat i de temporada.

Els menús estan planificats i revisats per la

Sonia Villegas i la Marta Codina,

DIETISTES – NUTRICIONISTES