

## NOVEMBRE

MENÚS CONTROLATS PER GABOR SMIT, DIETISTA D'ECOATAULA

## ESCOLA SANTA ANNA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DE L' 1 AL 5 DE NOVEMBRE	FESTIU	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES DE TEMPORADA  TRUITA D'ESPINACS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  PA I FRUITA DE TEMPORADA	VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA BULLIDA  ESCALOPA DE GALL DINDI AMB AMANIDA D'ENCIAM I NAP  PA I IOGURT	ARRÒS A LA MARINERA  LLUÇ AMB SALS VERDA  PA I FRUITA DE TEMPORADA	SALSITXES DE PORC AL FORN AMB PATATES AL CALIU I VERDURES  PA I FRUITA DE TEMPORADA
DEL 8 AL 12 DE NOVEMBRE	ESPIRALS A LA BOLONYESA VEGANA  CALAMARS A L'ANDALUSA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  PA I FRUITA DE TEMPORADA	VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA BULLIDA  FRICANDÓ DE VEDELLA AMB XAMPINYONS  PA I IOGURT	CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS  BACALLÀ AL FORN AMB AMAIDA D'ENCIAM I OLIVES  PA I FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE COLIFLOR AMB CROSTONS  TRUITA DE PATATES I CEBA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  PA I FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS AMB VERDURES DE TEMPORADA  PERNILETS DE POLLASTRE A L'ALLET  PA I FRUITA DE TEMPORADA
DEL 15 AL 19 DE NOVEMBRE	ARRÒS DE MUNTANYA  LLUÇ AL FORN AMB CEBA I TOMÀQUET  PA I FRUITA DE TEMPORADA	VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA BULLIDA  POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS  PA I IOGURT	MONGETES ESTOFADES AMB VERDURES DE TEMPORADA  TRUITA DE CARBASSÓ  PA I FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS  **PEIX PETIT DE LA MEDITERRÀNIA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  PA I FRUITA DE TEMPORADA	MACARRONS A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT  ESTOFAT DE GALL DINDI  PA I FRUITA DE TEMPORADA
DEL 22 AL 26 DE NOVEMBRE	CREMA DE PASTANAGA I MONIATO  DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA  PA I FRUITA DE TEMPORADA	CUINES DEL MÓN  	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES  OUS AL PLAT GRATINATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  PA I FRUITA DE TEMPORADA	SOPA D'AU AMB FIDEUS  BACALLÀ AL FORN AMB PÈSOLS I TOMÀQUET  PA I FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS AMB TOMÀQUET I VERDURES  POLLASTRE AL FORN  PA I FRUITA DE TEMPORADA

Els làctics són productes de La Fageda.

La sal és de producció ecològica.

Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics

Dos cops a la setmana la fruita i la verdura serà de procedència ecològica

Un cop al mes el peix serà de proximitat

L'oli de oliva és de producció ecològica

Tots els dinars van acompanyats d'un sopar (al full adjunt)

**PEIX DEL MEDITERRANI DE TEMPORADA:** SEITÓ, SARDINA, VERAT I LLUCET*\*\* Sempre i quan ho permetin les condicions de la mar.**Si el peixater no té peix de proximitat és donarà un altre peix.***FRUITES DE TEMPORADA:** POMA, RAÏM, PRUNA, PERA, MANDARINA, KIWI I PLÀTAN**VERDURES DE TEMPORADA:** CARBASSA, MONIATO, NAP, PORRO, API, BLEDES, ESPINACS, COL, COLIFLOR, BRÒQUIL, ALL TENDRE, PASTANAGA I ENCIAM

## DESEMBRE

MENÚS CONTROLATS PER GABOR SMIT, DIETISTA D'ECOATAULA

## ESCOLA SANTA ANNA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DEL 29 DE  
NOVEMBRE AL 3  
DE DESEMBRE

ARRÒS A LA MARINERA

LLUÇ AMB SALS  
VERDAPA I FRUITA DE  
TEMPORADAVERDURA DE  
TEMPORADA AMB  
PATATA BULLIDAESCALOPA DE GALL  
DINDI AMB AMANIDA  
D'ENCIAM I NAP

PA I IOGURT

LLENTIES ESTOFADES  
AMB VERDURES DE  
TEMPORADATRUITA D'ESPINACS  
AMB AMANIDA  
D'ENCIAM I  
PASTANAGAPA I FRUITA DE  
TEMPORADACREMA DE COLIFLOR  
AMB CROSTONSPERNILETS DE  
POLLASTRE A L'ALLETPA I FRUITA DE  
TEMPORADA

FIDEUS A LA CASSOLA

SALSITXES DE PORC  
AL FORN AMB PATATES  
FREGIDESPA I FRUITA DE  
TEMPORADADEL 6 AL 10  
DE DESEMBRE

FESTIU

FESTA DE LLIURE  
DISPOSICIÓ

FESTIU

ESPIRALS AMB SALS  
DE TOMÀQUET  
CASOLANACROQUETES DE  
POLLASTRE AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I  
PASTANAGAPA I FRUITA DE  
TEMPORADAARRÒS AMB VERDURES  
DE TEMPORADAMANDONGUILLES  
MIXTES ESTOFADESPA I FRUITA DE  
TEMPORADADEL 13 AL 17  
DE DESEMBREESPAGUETIS A LA  
BOLONYESA VEGANALLUÇ AL FORN AMB  
CEBA I TOMÀQUETPA I FRUITA DE  
TEMPORADATRINXAT DE COL I  
PATATA AMB BACÓPOLLASTRE  
ARREBOSSAT AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I  
REMOLATXA

PA I IOGURT

MONGETES ESTOFADES  
AMB VERDURES DE  
TEMPORADA

TRUITA DE CARBASSÓ

PA I FRUITA DE  
TEMPORADACREMA DE CARBASSA  
AMB CROSTONS\*\*PEIX PETIT DE LA  
MEDITERRÀNIA AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUETPA I FRUITA DE  
TEMPORADACUSCÚS AMB  
VERDURES DE  
TEMPORADAESTOFAT DE GALL  
DINDIPA I FRUITA DE  
TEMPORADADEL 20 AL 22  
DE DESEMBREARRÒS CALDÓS AMB  
VERDURESBACALLÀ AL FORN AMB  
PÈSOLS I TOMÀQUETPA I FRUITA DE  
TEMPORADALLENTIES ESTOFADES  
AMB VERDURESTRUITA DE  
FORMATGE AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I  
REMOLATXA

PA I IOGURT

ESCUDELLA DE NADAL  
AMB GALETSPOLLASTRE A LA  
CATALANA

TORRONS

Els làctics són productes de La Fageda.

La sal és de producció ecològica.

Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics

Dos cops a la setmana la fruita i la verdura serà de procedència ecològica

Un cop al mes el peix serà de proximitat

L'oli de oliva és de producció ecològica

Tots els dinars van acompanyats d'un sopar (al full adjunt)

**PEIX DEL MEDITERRANI DE TEMPORADA:** SEITÓ, SARDINA, VERAT I LLUCET

\*\* Sempre i quan ho permetin les condicions de la mar.

Si el peixater no té peix de proximitat és donarà un altre peix.

**FRUITES DE TEMPORADA:** POMA, RAÏM, PRUNA, PERA, MANDARINA, KIWI I PLÀTAN**VERDURES DE TEMPORADA:** CARBASSA, MONIATO, NAP, PORRO, API, BLEDES, ESPINACS, COL, COLIFLOR, BRÒQUIL, ALL TENDRE, PASTANAGA I ENCIAM