

MENÚ ESCOLA SANTA ANNA



NOVEMBRE I DESEMBRE 2018

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

	5	DINARS 6	SOPARS RECOMANATS 7	PRODUCTE ECOLÒGIC 7	8	9
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
1	<p>6 DESEMBRE 7 DESEMBRE</p> <p>5 AL 9 NOVEMBRE</p> <p>3 AL 5 DESEMBRE</p>	<p>ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA PANADERA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>FIDEUÀ MARINERA I ALLIOLI sípia, gambetes i musclos)</p> <p>PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>CREMA DE CARBASSA</p> <p>TRUITA DE PATATA AMB PASTANAGA RATLLADA</p> <p>PA I IOGURT</p>	<p>SOPA DE POLLASTRE AMB FIDEUS</p> <p>MANDONGUILLES MIXTES AMB PASTANAGA, PÈSOLS I PATATA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES</p> <p>PEIX DE PROXIMITAT I AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIBE</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>Crema de carbassa i patata</p> <p>Bistec de vedella</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida verda amb blat de moro</p> <p>Lluçets arrebossats</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida variada</p> <p>Gall dindi a la planxa</p> <p>Fruita</p>	<p>Coliflor amb patata</p> <p>Pollastre a la planxa</p> <p>logurt per beure</p>	<p>Pizzeta variada</p> <p>Fruita</p>	
2	<p>12 AL 16 NOVEMBRE</p> <p>10 AL 14 DESEMBRE</p>	<p>MACARRONS AMB TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT</p> <p>CROQUETS DE POLLASTRE AMB PURÉ DE PATATA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>LLENTIES ESTOFADES</p> <p>LLUÇ AMB SALSÀ VERDA (sofregit de ceba, all, julivert i pèsols)</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>VERDURA DE TEMPORADA</p> <p>BOTIFARRA AMB PATATA AL CALIU</p> <p>PA I IOGURT</p>	<p>SOPA D'AU AMB PISTONS</p> <p>ROSTIT DE LLOM (sofregit de ceba, pebrot i tomàquet)</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>CREMA DE VERDURA TEMPORADA</p> <p>BACALLÀ A LA CATALANA (sofregit de ceba i tomàquet)</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>Arròs bullit amb oli d'oliva verge</p> <p>Pit gall dindi a la planxa</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida variada</p> <p>Bistec de vedella a la planxa amb carbassó</p> <p>logurt</p>	<p>Tomàquets amanits amb oli d'oliva verge</p> <p>Seltons a l'andalusa</p> <p>Fruita</p>	<p>Verdura de temporada saltada amb pernil</p> <p>Daus de pollastre amb pastanaga i ceba</p> <p>Fruita</p>	<p>Entrepà de frankfurt</p> <p>Fruita</p>	
3	<p>19 AL 23 NOVEMBRE</p> <p>17 AL 21 DESEMBRE</p>	<p>ESPAGUETIS AMB SOFREGIT DE CEBA, TOMÀQUET I TONYINA</p> <p>CALAMARS A L'ANDALUSA AMB XIPS DE MONIATO</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURETES</p> <p>TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMB AMANIDA VARIADA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>BRÒQUIL, PATATES I PASTANAGA AL VAPOR</p> <p>ESCALOPA DE VEDELLA AMB AMANIDA VARIADA</p> <p>PA I IOGURT</p>	<p>SOPA DE GALETS</p> <p>HAMBURGUESA AMB SALSÀ DE TOMÀQUET</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>CREMA DE LLEGUMS</p> <p>PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT AMB AMANIDA VARIADA</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>Pastanaga ratllada amb oli i llimona</p> <p>Verat a la planxa</p> <p>Fruita</p>	<p>Patata i carbassó bullits</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>Fruita</p>	<p>Tomàquet amanit amb oli d'oliva verge</p> <p>Bistec a la planxa</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida variada</p> <p>Pollastre a la planxa</p> <p>logurt</p>	<p>Pizzeta variada</p> <p>Fruita</p>	
4	<p>26 AL 30 NOVEMBRE</p>	<p>FIDEUS A LA CASSOLA AMB COSTELLETES I SUQUET</p> <p>LLUÇ A LA MARINERA AMB GAMBETES</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>SOPA DE RAP I LLUÇ AMB ARRÒS</p> <p>PERNILETS DE POLLASTRE AMB XAMPINYONS LAMINATS</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA</p> <p>FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SUQUET</p> <p>PA I IOGURT</p>	<p>LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇO I COSTELLETA DE PORC</p> <p>CAÇÓ A L'ANDALUSA AMB XIPS DE MONIATO</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>MENU SORPRESA</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>Amanida variada</p> <p>Hamburguesa de vedella a la planxa</p> <p>logurt</p>	<p>Bledes amb patates</p> <p>Pollastre a la planxa</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa d'estrelletes</p> <p>Maires arrebossades</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Truita de pernil dolç</p> <p>Fruita</p>	<p>Daus de carbassó</p> <p>Salmó a la planxa</p> <p>Fruita</p>	



L'oli de oliva és de producció ecològica
Els làctics són productes de La Fageda
Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics

La sal és de producció ecològica
Dos cops a la setmana la fruita és ecològica
Tots els dinars estan acompanyats d'un sopar recomanat

