

MES: OCTUBRE

CENTRE EDUCATIU: ESCOLA MIRET I SANS



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA	Crema de carbassó Arròs integral amb llegums i verdures Taronja	Arròs de muntanya (3) Peix blanc planxa Amanida compartida Iogurt (1)	Trinxat de col (1-2-3) Llom guisat (3) Amanida compartida Pera	Bròquil amb patates (2) Pollastre amb bolets (3) Poma	Llenties estofades Ou farcits Amanida compartida Plàtan
2. SETMANA	Pasta de civada amb verdures i bolets Croquetes de llegums amb salsa de iogurt (1) Taronja	Escudella de carbassa i mongetes seques (3) Llenguadina amb verdures Iogurt (1)	Purè de patata amb bolets (1-2) Filet de vedella (1) Amanida compartida Raïm	Coliflor gratinada (2) Conill amb moniato (3) Poma (3)	Cigrons amb espinacs (2-3) Ous remenats Amanida compartida Plàtan
3. SETMANA	Crema de carabassa (2) Quinoa amb llenties i verdures saltejades Taronja	Mongetes sortint de l'olla (3) Bacallà amb samfaina (3) Iogurt (1)	Macarrons amb verdures Llom rostit a la cassola (3) Amanida compartida Poma	Sopa torrada amb pilotilles (3) Truita de patata i verdura amb pa amb tomàquet (1-3) Raïm	Trinxat de col (1-2-3) Pollastre al forn (1) Amanida compartida Plàtan (2)
4. SETMANA	Cigrons amb bolets (3) Espaguetis bolonyesa vegetal Raïm (2)	Brandada de bacallà (3) Salsitxes de pollastre Amanida compartida Iogurt (1)	Amanida complerta Arròs a la cubana Taronja	Bròquil amb patates (1-2) Vedella amb bolets (1-3) Poma	Fideus a la cassola (3) Peix blau al forn Amanida compartida Pera
5. SETMANA	Crema de carbassó Arròs integral amb llegums i verdures Taronja	Arròs de muntanya (3) Peix blanc planxa Amanida compartida Iogurt (1)			

T'INFORMEM

- El làctic d'una setmana serà d'un productor local
- Qualsevol comentari serà benvingut!!!

www.mengemdaqui.cat

- 1 PRODUCTE DE PROXIMITAT
- 2 PRODUCTE DE TEMPORADA
- 3 RECEPTE TRADICIONAL

Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

