

Menu escolar sense carn

octubre
2015



<p>5 Mongeta blanca estofada</p> <p>Crestes de tonyina amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>6 Crema de pastanaga</p> <p>Filet de panga al forn amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>7 Macarrons a la napolitana</p> <p>Varetes de peix amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>1 Patates estofades</p> <p>Rodanxa de mussola amb salseta</p> <p>Iogurt</p>	<p>2 Tallarines a la siciliana (tomàquet, olives i tonyina)</p> <p>Truita de patates amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>
<p>12 FESTIU</p>	<p>13 Lenties estofades</p> <p>Pizza de tonyina amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>14 Sopa de galets</p> <p>Truita de patates amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>8 Sopa de brou</p> <p>Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Iogurt</p>	<p>9 Arròs amb sofregit de verdures</p> <p>Filet de lluç al forn amb patates panadera</p> <p>Fruita del temps</p>
<p>19 Mongeta blanca estofada</p> <p>Calamars a la romana amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>20 Patates amb pèsols</p> <p>Filet de panga al forn amb verdures</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>21 Arròs amb tomàquet sofregit casolà</p> <p>Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>15 Arròs 3 delícies (pastanaga, tonyina i pèsols)</p> <p>Filet de lluç al forn amb patates panadera</p> <p>Iogurt</p>	<p>16 Macarrons amb tomàquet i tonyina</p> <p>Croquetes de bacallà amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>
<p>26 Lenties estofades amb verdures</p> <p>Bunyols de bacallà amb amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>27 Crema de carbassó</p> <p>Til·làpia a la planxa amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>28 Macarrons Napolitana</p> <p>Bocaditos d'ou amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>22 Sopa de pasta</p> <p>Truita de patates amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Iogurt</p>	<p>23 Espirals carbonara (amb bacon i crema de llet)</p> <p>Filet de lluç amb patata al caliu</p> <p>Fruita del temps</p>
			<p>29 Sopa de verdures i galets</p> <p>Canelons d'espinacs</p> <p>Iogurt</p>	<p>30 Arròs 3 delícies (pastanaga, tonyina i pèsols)</p> <p>Filet de lluç al forn amb patates panadera</p> <p>Fruita del temps</p>



Les fruites del temps són : pera,
plàtan, poma, mandarines,
maduixes, meló,
síndria,....(segons temporada)

*Menús Revisats Dietètica i
Nutricionalment pel Cesnut
www.cesnut.com
Roser Montané Número col. 0681*

