



Menú de l'escola:

DESEMBRE

ESCOLA COOP
PETIT MÓN
FELISA
BASTIDA



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Macarrons amb salsa napolitana ----- Truita francesa amb amanida d'enciam i olives negres ----- Fruita	2 Llenties amb arròs ----- Bastonets de lluç amb enciam i tomàquet ----- Fruita àcida	3 Patata i bròquil ----- Llibrets de llom amb pernil i formatge ----- Iogurt natural
6	7	8	9 Fideuada amb allioli ----- Carn magra rostida amb poma i enciam ----- Fruita	10 Mongeta tendra amb patates ----- Salmó al forn amb tomàquet i ceba ----- Flam casolà
13 Crema de verdures de temporada ----- Pollastre rostit a la llimona amb amanida ----- Fruita	14 Espaguetis amb salsa carbonara ----- Bacallà a la marinera (gambes i musclos) ----- Fruita	15 Cigrons estofats amb verdures ----- Botifarra de porc a la planxa amb enciam i olives. ----- Fruita àcida	16 Arròs caldós amb suquet de peix ----- Truita a la francesa amb samfaina de verdures ----- Fruita	17 Verdures tricolor amb bròquil, pastanaga, pèsols i patata ----- Fricandó de vedella ----- Iogurt amb sabors
20 Crema de carbassó ----- Peix gallineta amb salsa blanca ----- Fruita	21 Arròs amb salsa de tomàquet ----- Truita d'espínacs amb amanida i soja ----- Fruita	22 MENÚ DE NADAL Escudella de l'àvia ----- "Fingers" cruixents de pollastre al forn amb patates xip ----- Torrons i neules	23 	24

MENÚ DE DIETA: 1r plat arròs bullit o verdura, **2n plat** pollastre o peix i **postre** iogurt o poma

Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, i carns, a més, aquests són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làctiques són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

Els productes ecològics els trobareu en negreta.

Tots els àpats s'acompanyen amb pa, tres dies hi ha pa blanc i dos dies, o pa integral o pa de cereals.

ESMORZARS: Dilluns gall dindi / Dimarts llonganissa / Dimecres pernil salat o fruita / Dijous formatge / Divendres catalana

