

Els plats contenen:

GLUTEN

OU

API

LLET/LACTOSA

PROTEÏNA DE VACA

CARN

PORC

LEGUMS/SOJA/TRAMUSSOS

PEIX

FRUITS SECS/CACAUETS/
SÈSAM/MOSTASSA

Setembre 2015

Escola Sant Jordi



DILLUNS 31	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana)	PURÉ DE PATATES	TRINXAT DE LA Cerdanya (col i patata saltejada amb cansalada)	AMANIDA CATALANA (enciam, tomàquet, olives verdes, formatge, pernil dolç i llonganissa)	LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇO PATATA I CANSALADA
1 2 3	9	11 12	17 18 19	24 25 26 27 28
CROQUETES DE PERNIL	BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural)	LLOM ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat)	PAELLA AMB SALSITXES DE POLLASTRE, SÍPIA I PÈSOLS	LLUÇ A LA BASCA AMB OU DUR I PÈSOLS
4 5 6 7 8	10	13 14 15 16	21 22 20 23	29 30 31 32
AMANIDA VARIADA	ALBERGÍNIES A LA PLANXA	AMANIDA VARIADA	GASPATXO AMB CROSTONS	JULIANA D' ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS	IOGURT	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
ARRÒS TRES DELÍCIES (pastanaga, blat de moro i truita)	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA I CEBA	MENESTRA CASOLANA (patata, mongeta verda, pastanaga, pèsols i carbassó)	AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanagues i daus de tomàquet)
33 34 35 36 37	40 41	45		49 50
DAUETS DE CAÇÓ EN ADOB SUAU	DAUS DE LLOM ESTOFATS	TRUITA DE BACALLÀ I PORROS	LLUÇ A LA PLANXA	HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA
38 39	42 43 44	46 47	48	51 52
ALBERGÍNIES AMB MEL (opcional)	XAMPINYONS SALTEJATS	AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA	AMANIDA DE TEMPORADA	PATATES FREGIDES
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
CREMA DE CARBASSÓ (patata i ceba) AMB OU BULLIT	LLACETS A L'AMATRICIANA (salsa de tomàquet i bacó)	AMANIDA CATALANA (enciam, tomàquet, olives verdes, formatge, pernil dolç i llonganissa)	AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL (daus de tomàquet, olives verdes i pastanaga)	PATATES, MONGETES VERDES I PASTANAGUES BULLIDES
53 54 55	59 60 61 62	65 66 67	70	72 73 74
BOTIFARRA A LA PLANXA	BACALLÀ A L' ANDALUSA (fregit amb farina)	FIDEUA MARINERA AMB SÍPIA	POLLASTRE AMB SALSÀ DE LLIMONA	BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS
56 57 58	63 64	68 69	71	
ARRÒS BULLIT	AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i	ALL I OLI	AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i	AMANIDA VARIADA
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT

Recomanació Sopars				
DILLUNS 31	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
MONGETES VERDES SALTEJADES AMB GALL D'INDI CROQUETES DE PERNIL BROQUETA DE FRUITA VARIADA	AMANIDA D'ARRÒS (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) REMENAT D'OUS AMB ESPÀRRECS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA (olives negres,ou dur, tonyina, i julivert) LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA I CEBA PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I PEBROT VERD IOGURT BEGUT	CREMA FREDA DE PÈSOLS QUICHE D'ESPINACS I FORMATGE FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
MONGETES VERDES SALTEJADES AMB BACÓ OUS AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) ORADÀ A LA SAL IOGURT	BLEDES AMB PATATES TIRES DE POLLASTRE AL CURRI FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA (olives negres,ou dur, tonyina, i julivert) LLONZES DE LLOM AMB MEL MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	GRAELLA DE VERDURES CROQUETES DE BACALLÀ FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
ESPINACS BULLITS AMB PATATES POLLASTRE ARREBOSSAT AMB ESCAROLA AMANIDA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	PURÉ DE VERDURES BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA CUALLADA	MONGETES VERDES SALTEJADES AMB BACÓ LLOM DE SALMÓ AL PAPILOTTE FRUITA DEL TEMPS		

Necessitats Alimentàries Especials				
1. Producte s/gluten	18. Sense carn	35. Sense carn	52. Peix a la planxa	69. Carn a la planxa
2. Macarrons a la napolitana	19. Sense carn	36. Sense carn	53. Crema de carbassó	70. Amanida d'arròs
3. Macarrons a la napolitana	20. Paella de carn	37. Sense pèsols	54. Sense làctic	71. Peix al forn
4. Croquetes s/gluten	21. Paella de carn	38. Producte s/gluten	55. Sense làctic	72. Producte s/gluten
5. Croquetes de peix	22. Paella de verdures	39. Carn a la planxa	56. Peix a la planxa	73. Arrebossat sense ou
6. Croquetes de peix	23. Sense pèsols	40. Sense làctic	57. Pollastre a la planxa	74. Carn a la planxa
7. Carn arrebossada	24. Llenties estofades	41. Sense làctic	58. Peix a la planxa	
8. Croquetes de peix	25. Llenties estofades	42. Peix en salsa	59. Producte s/gluten	
9. Sense carn	26. Llenties estofades	43. Carn estofada	60. Amb salsa de tomàquet	
10. Carn a la planxa	27. Llenties estofades	44. Peix en salsa	61. Amb salsa de tomàquet	
11. Sense carn	28. Menestra de verdures	45. Producte s/gluten	62. Amb salsa de tomàquet	
12. Sense porc	29. Producte s/gluten	46. Peix a la planxa	63. Producte s/gluten	
13. Producte s/gluten	30. Lluç a la planxa	47. Tortilla francesa	64. Carn a la planxa	
14. Arrebossat sense ou	31. Carn a la planxa	48. Carn a la planxa	65. Sense carn	
15. Peix arrebossat	32. Sense pèsols	49. Sense tonyina	66. Sense carn	
16. Pollastre a la planxa	33. Sense truita	50. Amanida variada	67. Sense carn	
17. Sense carn	34. Sense carn	51. Peix a la planxa	68. Producte s/gluten	

Tota la fruita i la verdura és de proximitat.

PRODUCTES ECOLÒGICS: El pollastre(pio), totes les llegums, tota la pasta i l'arròs (blanc i integral), sal, pa ratllat, farina, alls, carbassó, porros, àpi, pastanaga, enciams, pebrot vermell, totes les pomes, le taronges i les peres.
El peix és de producció nacional.

"Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de IADIN (CAT000659)"

