



Els plats contenen:

GLUTEN

OU

LLET I DERIVATS

PROTEÏNA DE VACA

LLEGUMS

FRUITS DE CLOSCA

Novembre 2016

Escola Sant Jordi



DILLUNS 31	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
Festiu	Festiu	ESPIRALS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) 3 4 5 6 CROQUETES DE BACALLÀ 7 8 9 10 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PORROS, PATATES I PASTANAGUES (amb daus de pa torrat) 11 12 13 ESTOFAT DE SÍPIA AMB PATATES XAMPINYONS SALTEJATS FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) 14 POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i IOGURT
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
ESPAGUETIS AMB CREMA DE XAMPINYONS 15 16 17 18 LLUÇ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) 19 AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES POLLASTRE EN ESCABETX (ceba, pebre vermell, vinagre, alls i llorer) CUSCÚS FRUITA DEL TEMPS	MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell) 20 TRUITA DE FORMATGE 21 22 23 AMANIDA D' ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES IOGURT	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) SALMÓ AMB SALSA SUAU D' OLI, ALLS, LLIMONA I VINAGRE AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA (carbassa, carbassó, ceba, porros) AMB DAUS DE PA CANELONS DE CARN GRATINATS 24 25 26 27 28 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) 29 FRICANDÓ DE VEDELLA 30 JARDINERA IOGURT	SOPA DE POLLASTRE AMB ARRÒS DAUETS CASOLANS DE BACALLÀ ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) 31 32 XAMPINYONS SALTEJATS FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES LLOM A LES FINES HERBES 33 34 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) PAELLA AMB SALSITXES DE POLLASTRE, SÍPIA I PÈSOLS 35 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS ROSSINI (salsa de tomàquet CASOLANA i beixamel) 36 37 38 39 LLUÇ AMB SALSA DE TARONJA (salsa opcional) 40 41 42 PASTANAGA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
ARRÒS A LA MILANESA (amb salsa de tomàquet, carn trinxada i formatge ratllat) 43 44 45 46 DAUETS DE CAÇÓ EN ADOB SUAU 47 XAMPINYONS SALTEJATS FRUITA DEL TEMPS	BROU CASOLÀ AMB GALETS 48 49 50 POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA 51 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA, CEBA I BACÓ 52 53 54 55 56 TRUITA DE PERNIL DOLÇ 57 58 AMANIDA D' ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	PATATA, PASTANAGA I BRÒQUIL BULLIT LLUÇ A LA PLANXA AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 59 HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA 60 PATATES FREGIDES IOGURT
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
SOPA DE PEIX AMB PISTONS 61 62 DAUS DE LLOM ESTOFATS JARDINERA FRUITA DEL TEMPS	TALLARINES A L' AMATRICIANA (salsa de tomàquet CASOLANA amb bacó) 63 64 65 66 67 BACALLÀ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) 68 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA 69 70 ALL I OLI FRUITA DEL TEMPS		

Recomanació Sopars				
DILLUNS 31	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
Festiu	Festiu	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT AMB PANSES I CEBA TRUITA DE FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	ESPINACS SALTEJATS BIQUINI DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) REMENAT D'OUS AMB ESPÀRRECS BROQUETA DE FRUITA VARIADA	ARRÒS AMB VERDURETES LLOM DE PORC A LA SAL FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA I CEBA LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINESTRONE (sopa de verdures amb dauets de verdures) PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I PEBROT VERD IOGURT BEGUT	BLEDES SALTEJADES CRESTES DE TONYINA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ARRÒS BASMATI AMB VERDURES OUS AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS	GNOCCHIS A LA NAPOLITANA TIRES DE POLLASTRE AL CURRI IOGURT	PASTA INTEGRAL AMB ALBERGINIES I TOMAQUET NATURAL ORADA A LA SAL FRUITA DEL TEMPS	PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ LLONZES DE LLOM AMB MEL MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	GRAELLA DE VERDURES PA AMB TOMÀQUET AMB PERNIL CUIT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
ESPINACS BULLITS AMB PATATES TRUITA DE FORMATGE BROQUETA DE FRUITA VARIADA	SOPA DE VERDURES AMB ARRÒS PINXOS DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA CUALLADA	PURÉ DE VERDURES LLOM DE SALMÓ AL PAPILOTTE FRUITA DEL TEMPS	LLACETS AMB SALSA DE FORMATGES POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	VICHYSOISE (crema de porros i patates) PIZZA CASOLANA DE TONYINA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) TRUITA D'ALLS TENDRES FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES POLLASTRE AMB SALSA D'AMETLLES FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL ESCALOPES DE VEDELLA AMB SALSA DE MOSTASSA MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA		

Necessitats Alimentàries Especials				
1. Truita vegana	18. Salsa napolitana	35. Sense pèsols	52. Pasta s/gluten	69. Fideus sense gluten
2. Truita francesa	19. Farina sense gluten	36. Pasta i salsa s/gluten	53. Pasta sense ou	70. Pasta sense ou
3. Pasta sense gluten	20. Menestra de verdures	37. Pasta sense ou	54. Sense bacó	
4. Pasta sense ou	21. Truita vegana	38. Macarrons a la napolitana	55. Sense bacó	
5. Sense formatge	22. Truita francesa	39. Macarrons a la napolitana	56. Sense bacó	
6. Sense formatge	23. Truita francesa	40. Farina sense gluten	57. Truita vegana	
7. Croquetes s/gluten	24. Canelons s/gluten	41. Lluç a la planxa	58. Truita francesa	
8. Peix arrebossat	25. Pasta s/ou i sense formatge	42. Lluç a la planxa	59. Verdura bullida amb patata	
9. Peix arrebossat	26. Pasta amb tomàquet i tonyina	43. Arròs amb tomàquet	60. Hamburguesa de peix	
10. Bacallà arrebossat	27. Pasta amb tomàquet i tonyina	44. Arròs amb tomàquet	61. Pasta sense gluten	
11. Pa s/gluten	28. Pasta gratinada	45. Arròs amb tomàquet	62. Pasta sense ou	
12. Sense làctics	29. Menestra de verdures	46. Arròs amb tomàquet	63. Pasta sense gluten	
13. Sense làctics	30. Llom a la planxa	47. Caçó a la planxa	64. Pasta sense ou	
14. Menestra de verdures	31. Arrebossat sense gluten	48. Pasta sense gluten	65. Salsa napolitana	
15. Pasta sense gluten	32. Arrebossat sense ou	49. Pasta sense ou	66. Salsa napolitana	
16. Pasta sense ou	33. Salsa sense gluten	50. Sopa de verdures	67. Salsa napolitana	
17. Salsa napolitana	34. Llom a la planxa	51. Salsa sense gluten	68. Bacallà a la planxa	

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 SANED (CAT001111)"

