



Els plats contenen:

GLUTEN

OU

LLET I DERIVATS

PROTEÏNA DE VACA

LLEGUMS

FRUITS DE CLOSCA

Gener 2017

Escola Sant Jordi



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

Recomanació Sopars				
DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Festiu	Festiu	Festiu	Festiu	Festiu
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
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 MINISTRONE (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 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
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 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
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 30	DIMARTS 31	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) TRUITA D'ALLS TENDRES FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES POLLASTRE AMB SALSA D'AMETLLES FRUITA DEL TEMPS			

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