



Els plats contenen:

GLUTEN

OU

LLET I DERIVATS

PROTEÏNA DE VACA

LLEGUMS

FRUITS DE CLOSCA

Febrer 2017

Escola Sant Jordi



DILLUNS 30	DIMARTS 31	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)	ARRÒS A LA BOLONYESA (salsa de tomàquet CASOLANA i trinxat de carn)	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)
		FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA	TRUITA A LA FRANCESA	BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS
		1 2	3	4 5 6
		ALL I OLI	AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i	AMANIDA VARIADA
		FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana)	PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES	PAELLA DE VERDURES (ceba, pebrot vermell i verd, porros i mongeta tendra)	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES	CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)
7 8 9 10	11	13	14 15 16 17	
PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA	CAÇÓ A L' ANDALUSA (fregit amb farina)	CANYA DE LLOM A LA PLANXA	PIZZA CASOLANA DE PERNIL CUIT, OLIVES I XAMPINYONS	LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural)
AMANIDA DE TEMPORADA	12 JULIANA D' ENCIAM	XAMPINYONS SALTEJATS	AMANIDA VARIADA	ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT
FRUITA DEL TEMPS	IOGURT	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
PASTA AMB PORROS I XAMPINYONS	BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES	CREMA DE CARBASSA (patata i ceba)	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀQUET (sofregit casolà)	BROU CASOLÀ AMB FIDEUS
18 19 20 21			25 26 27	28 29 30
DAUETS CASOLANS DE BACALLÀ ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat)	LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS	ESTOFAT DE SÍPIA AMB PATATES	PILOTA DE VEDELLA CASOLANA AL FORN	OUS AMB BEIXAMEL
22 23	24 JULIANA D' ENCIAM	AMANIDA VARIADA	JARDINERA	31 32
DAUS DE PATATES NATURALS	IOGURT	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TEMPORADA
FRUITA DEL TEMPS				FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)	RISOTTO DE BOLETS	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES		TALLARINES AL PESTO SUAU (oli d'oliva, alfàbrega, formatge ratllat i picada d'atmetlles)
MANDONGUILLES AMB SALSAS	35 36 37	LLONZES DE LLOM AMB MEL		48 49 50 51 52
33 34	38 39	40		LLUÇ A LA PLANXA
JARDINERA	JULIANA D' ENCIAM	CUSCÚS		AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
Festiu	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀQUET (sofregit casolà)			
	CROQUETES DE PERNIL			
	55 56 57 58 59 60			
	JULIANA D' ENCIAM			
	FRUITA DEL TEMPS			

Recomanació Sopars				
DILLUNS 30	DIMARTS 31	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL ESCALOPES DE VEDELLA AMB Salsa DE MOSTASSA IOGURT	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES LLOM A LES FINES HERBES MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	SOPA MINISTRONE (sopa de verdures amb dauets de verdures) PA AMB TOMÀQUET AMB GALL D'INDI FUMAT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) ORADA A LA SAL FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE POLLASTRE AMB FIDEUS PINXOS DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES TRUITA DE FORMATGE BROQUETA DE FRUITA VARIADA	ESPIRALS AL PESTO CANYA DE LLOM A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS AMB Salsa ROSA PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA CUALLADA
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ESPINACS SALTEJATS TRUITA DE PATATES FRUITA DEL TEMPS	CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL·LITZADA HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE POLLASTRE AMB GALETES PIT DE GALL D'INDI A LA PIZZAIOLA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀQUET I MOZZARELLA DAUS DE TONYINA SALTEJATS AMB Salsa DE SOJA IOGURT	GRAELLA DE VERDURES QUICHE D'ESPINACS I FORMATGE FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL·LITZADA LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ IOGURT BEGUT	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I PEBROT VERD FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS AMB TOMÀQUET I OLIVES CALAMARS SALTEJATS AMB CEBA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) TRUITA DE PATATA I CEBA AMB RUCA I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
Festiu	PÈSOLS BULLITS AMB PATATES I PASTANAGUES TRUITA A LA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS			

Necessitats Alimentàries Especials			
1. Fideus sense gluten	18. Pasta sense gluten	35. Arròs amb xampinyons	52. Salsa napolitana
2. Pasta sense ou	19. Pasta sense ou	36. Arròs amb xampinyons	53. Sense truita
3. Truita vegana	20. Salsa napolitana	37. Arròs amb xampinyons	54. Sense pèsols i s/gall d'indi
4. Menestra de verdures	21. Salsa napolitana	38. Farina s/gluten	55. Croquetes s/gluten
5. Arrebossat sense gluten	22. Arrebossat sense gluten	39. Arrebossat s/ou	56. Llom arrebossat
6. Arrebossat sense ou	23. Arrebossat sense ou	40. Llonzes a la planxa	57. Llom arrebossat
7. Macarrons s/gluten	24. Arròs amb verdures	41. Llonzes a la planxa	58. Llom arrebossat
8. Pasta s/ou i s/formatge	25. Farina s/gluten	42. Sense formatge ratllat	59. Llom arrebossat
9. Sense formatge	26. Elaborat sense ou	43. Sense nata líquida	60. Llom arrebossat
10. Sense formatge	27. Truita francesa	44. Sense nata líquida	
11. Menestra de verdures	28. Pasta s/gluten	45. Suís de carbassa	
12. Farina sense gluten	29. Pasta sense ou	46. Arrebossat s/gluten	
13. Sense pèsols	30. Sopa de verdures	47. Arrebossat sense ou	
14. Pizza sense gluten	31. Pollastre a la planxa	48. Pasta sense gluten	
15. Pizza vegetal s/formatge	32. Amanida variada	49. Pasta s/ou napolitana	
16. Pizza vegetal s/formatge	33. Mandonguilles casolanes de peix	50. Salsa Napolitana	
17. Pizza de tonyina	34. Vedella a la planxa	51. Salsa Napolitana	
Tota la fruita i la verdura és de proximitat.			
EL DIA 23 HI HAURÀ MENÚ ESPECIAL AMB MOTIU DEL CARNAVAL			
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)"			
			