



Els plats contenen:

GLUTEN

OU

LLET I DERIVATS

PROTEÏNA DE VACA

PEIX

FRUITS DE CLOSCA

Març 2017

Escola Sant Jordi



DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
Festiu		ESPIRALS A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó) 1 2 3 4 CAÇÓ AMB SALSA DE TARONJA (salsa opcional) 5 7 8 6 XAMPINYONS SALTEJATS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PORROS, PATATES I PASTANAGUES (amb daus de pa torrat) 9 10 11 FIDEUS A LA CASSOLA (amb salsitxes, pollastre i pèsols) 12 13 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) BASTONETS DE POLLASTRE AMB "QUICOS" 14 15 16 ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT IOGURT
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
ESPAGUETIS AMB CREMA DE XAMPINYONS 17 18 19 20 LLUÇ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) 21 22 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) TRUITA DE FORMATGE 23 24 25 AMANIDA D' ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES IOGURT	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) SALMÓ AMB SALSA SUAU D' OLI, ALLS, LLIMONA I VINAGRE 26 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA (carbassa, carbassó, ceba, porros) CANELONS DE CARN GRATINATS 27 28 30 31 29 32 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) FRICANDÓ DE VEDELLA 33 JARDINERA IOGURT	SOPA DE POLLASTRE AMB PISTONS 34 35 DAUETS CASOLANS DE BACALLÀ ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) 36 37 38 XAMPINYONS SALTEJATS FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES LLOM A LES FINES HERBES 39 40 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) PAELLA AMB SALSITXES DE POLLASTRE, SÍPIA I PÈSOLS 41 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS ROSSINI (salsa de tomàquet CASOLANA i beixamel) 42 43 44 45 LLUÇ AMB SALSA DE TARONJA (salsa opcional) 46 48 49 47 PASTANAGA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
ARRÒS A LA MILANESA (amb salsa de tomàquet, carn trinxada i formatge ratllat) 50 51 52 DAUETS DE CAÇÓ EN ADOB SUAU 53 54 XAMPINYONS SALTEJATS FRUITA DEL TEMPS	BROU CASOLÀ AMB GALETS 55 56 57 POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA 58 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA, Ceba i BACÓ 59 60 61 62 TRUITA DE PERNIL DOLÇ 63 AMANIDA D' ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	PATATA. PASTANAGA I BRÒQUIL BULLIT LLUÇ A LA PLANXA 64 AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA 65 PATATES FREGIDES IOGURT
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
SOPA DE PEIX AMB PISTONS 66 67 68 DAUS DE LLOM ESTOFATS JARDINERA FRUITA DEL TEMPS	TALLARINES A L' AMATRICIANA (salsa de tomàquet CASOLANA amb bacó) 69 70 71 72 BACALLÀ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) 73 74 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA 75 76 77 ALL I OLI FRUITA DEL TEMPS		LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) TRUITA A LA FRANCESA 83 AMANIDA VARIADA IOGURT

Recomanació Sopars				
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
Festiu		BLEDES AMB PATATES	GNOCCHIS A LA NAPOLITANA	TALLARINES AL PESTO SUAU (oli d'oliva, alfàbrega, formatge ratllat i picada d'atmetlles)
		PINXOS DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA CUALLADA	DAUS DE TONYINA SALTEJATS AMB SALSA DE SOJA	CANYA DE LLOM A LA PLANXA
			BROQUETA DE FRUITA VARIADA	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)	ARRÒS AMB VERDURETES	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA I CEBA	SOPA MINESTRONE (sopa de verdures amb dauets de verdures)	ESPINACS BULLITS AMB PATATES
REMENAT D'OUS AMB ESPÀRRECS	LLOM DE PORC A LA SAL	LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ	PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I PEBROT VERD	CRESTES DE TONYINA
BROQUETA DE FRUITA VARIADA	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT BEGUT	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ARRÒS BASMATI AMB VERDURES	GNOCCHIS A LA NAPOLITANA	PASTA INTEGRAL AMB ALBERGINIES I TOMAQUET NATURAL	PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ	GRAELLA DE VERDURES
OUS AMB SANFAINA	TIRES DE POLLASTRE AL CURRI	ORADA A LA SAL	LLONZES DE LLOM AMB MEL	PA AMB TOMÀQUET AMB PERNIL CUIT
FRUITA DEL TEMPS	IOGURT	FRUITA DEL TEMPS	MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
ESPINACS BULLITS AMB PATATES	AMANIDA DE TOMÀQUET I MOZZARELLA	PURÉ DE VERDURES	LLACETS A LA NAPOLITANA	VICHYSOISE (crema de porros i patates)
TRUITA DE FORMATGE	PINXOS DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA CUALLADA	LLOM DE SALMÓ AL PAPILOTTE	POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat)	PIZZA CASOLANA DE TONYINA
BROQUETA DE FRUITA VARIADA		FRUITA DEL TEMPS	MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL	BLEDES AMB PATATES	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES	CREMA DE CARBASSA (patata i ceba)	SOPA MINESTRONE (sopa de verdures amb dauets de verdures)
TRUITA D'ALLS TENDRES	POLLASTRE AMB SALSA D'AMETLLES	ESCALOPES DE VEDELLA AMB SALSA DE MOSTASSA	LLOM A LES FINES HERBES	PA AMB TOMÀQUET AMB GALL D'INDI FUMAT
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT	MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DEL TEMPS

Necessitats Alimentàries Especials				
1. Pasta s/gluten	18. Pasta sense ou	35. Pasta sense ou	52. Arròs amb tomàquet	69. Pasta sense gluten
2. Pasta sense ou	19. Salsa napolitana	36. Arrebossat sense gluten	53. Caçó a la planxa	70. Pasta sense ou
3. Salsa napolitana	20. Salsa napolitana	37. Arrebossat sense ou	54. Vedella a la planxa	71. Salsa napolitana
4. Salsa napolitana	21. Farina sense gluten	38. Llom a la planxa	55. Pasta sense gluten	72. Salsa napolitana
5. Farina sense gluten	22. Carn a la planxa	39. Salsa sense gluten	56. Pasta sense ou	73. Bacallà a la planxa
6. Carn a la planxa	23. Truita vegana	40. Llom a la planxa	57. Sopa de verdures	74. Pollastre a la planxa
7. Caçó a la planxa	24. Truita francesa	41. Paella de carn	58. Salsa sense gluten	75. Fideus sense gluten
8. Caçó a la planxa	25. Truita francesa	42. Pasta i salsa s/gluten	59. Pasta s/gluten	76. Pasta sense ou
9. Pa s/gluten	26. Pollastre a la planxa	43. Pasta sense ou	60. Pasta sense ou	77. Fideus amb carn
10. Sense làctics	27. Canelons s/gluten	44. Macarrons a la napolitana	61. Sense bacó	78. Patates a/beixamel sense lactosa
11. Sense làctics	28. Pasta s/ou i sense formatge	45. Macarrons a la napolitana	62. Sense bacó	79. Patates a/beixamel vegetal
12. Pasta s/gluten	29. Canelons d'espínacs	46. Farina sense gluten	63. Truita vegana	80. Croquetes s/gluten
13. Pasta s/ou	30. Pasta amb tomàquet i tonyina	47. Pollastre a la planxa	64. Vedella a la planxa	81. Gall d'indi arrebossat
14. Arrebossat s/gluten	31. Pasta amb tomàquet i tonyina	48. Lluç a la planxa	65. Hamburguesa de peix	82. Gall d'indi arrebossat
15. Arrebossat s/ou i s/maionesa	32. Pasta gratinada	49. Lluç a la planxa	66. Pasta sense gluten	83. Truita vegana
16. Arrebossat sense "quicos"	33. Llom a la planxa	50. Arròs amb tomàquet	67. Pasta sense ou	
17. Pasta sense gluten	34. Pasta sense gluten	51. Arròs amb tomàquet	68. Sopa de verdures	
Tota la fruita i la verdura és de proximitat.			EL DIA 30 HI HAURÀ MENÚ ESPECIAL AMB MOTIU DE LA JORNADA DE FRANÇA:	
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.			1er PLAT: Tartiflette	
El peix és de producció nacional.			2n PLAT: Cordon bleu amb ratatouille	
			POSTRE: Profiterols amb xocolata	
"Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT001111)"				