

ESCOLA VALLDAURA

Menú basal - Gener 2019

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7 VACANCES DE NADAL	8 Macarrons a la napolitana Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita del temps	9 Arròs a la milanesa Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i olives logurt	10 Mongeta tendra amb patata Llom de porc amb salsa de tomàquet Fruita del temps	11 Mongetes estofades amb verdures Pit de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita del temps
14 Llaços a la carbonara Lluç arrebossat amb enciam i olives Fruita del temps	15 Cigrons guisats amb verdures Truita de carbassó amb enciam i tomàquet Fruita del temps	16 Arròs amb verdures Hamburguesa de vedella amb patates xips logurt	17 Crema de carbassa Magra de porc al pebre verd Fruita del temps	18 Menestra de verdures Broquetes de pollastre al forn amb enciam i remolatxa Fruita del temps
21 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates amb enciam i blat de moro Fruita del temps	22 Crema de carbassó amb crostons de pa torrat Botifarra amb enciam i tomàquet Fruita del temps	23 Mongeta tendra i patata amb raig d'oli d'oliva Pernillets de pollastre al chilindron logurt	24 Sopa de pasta Lluç al forn amb salsa verda Fruita del temps	25 Pèsols amb patates i raig d'oli d'oliva Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i olives Fruita del temps
28 Espirals a la bolonyesa Truita francesa amb enciam i formatge fresc Fruita del temps	29 Crema de verdures amb formatge Pit de pollastre a la planxa amb samfaina Fruita del temps	30 Paella marinera Llenties estofades amb verdures logurt	31 Menestra de verdures Calamars a la romana amb enciam i pastanaga Fruita del temps	

Menús revisat per dietista-nutricionista col·legiada nº1381. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies.

Ingredients de les salses:

Salsa de tomàquet: Tomàquet triturat, ceba, pastanaga, pebrot, oli de girasol i sal
Salsa pebre verd: Boletes de pebre, nata líquida, sal

Salsa chilindron: Pebrot vermell, pebrot verd, ceba, all, tomàquet triturat, vi blanc, sal i oli de girasol.

