



MENÚ BASAL - NOVEMBRE 2018

ESCOLA VALLDAURA

DIJOUS 1

DIVENDRES 2



PONT

DILLUNS 5

DIMARTS 6

DIMECRES 7

DIJOUS 8

DIVENDRES 9

Arròs amb tomàquet

Mongeta tendra
amb patata i raig d'oli d'oliva

Brou de pollastre amb pistons

Macarrons a la carbonara

Mongetes estofades
amb verdures

Croquetes de bacallà
amb enciam i olives

Pernilets de pollastre
amb enciam i remolatxa

Lluç al forn amb salsa de
tomàquet

Truita a la francesa
amb enciam i blat de moro

Llom a la planxa
amb patates xips

Fruita del temps

Fruita del temps

Iogurt ensucrat

Fruita del temps

Fruita del temps

DILLUNS 12

DIMARTS 13

DIMECRES 14

DIJOUS 15

DIVENDRES 16

Espirals a la napolitana
i formatge ratllat

Crema de carbassó
amb crostons de pa torrat

Arròs amb salsa de tomàquet

Cigrons estofats amb patates

Minestra de verdures
amb raig d'oli d'oliva

Truita a la francesa
amb enciam i pastanaga

Pollastre arrebossat
amb enciam i tomàquet

Lluç amb salsa verda

Llom adobat a la planxa
amb enciam i remolatxa

Hamburguesa de vedella
amb salsa de formatge

Fruita del temps

Fruita del temps

Iogurt ensucrat

Fruita del temps

Fruita del temps

DILLUNS 19

DIMARTS 20

DIMECRES 21

DIJOUS 22

DIVENDRES 23

Llenties estofades amb arròs

Macarrons a la napolitana

Pèsols amb patates
i oli d'oliva

Arròs a la cassola
amb verdures

Crema de carbassa
amb formatge

Truita de patates
amb enciam i pastanaga

Lluç al forn amb all i julivert
amb enciam i olives

Salsitxes de porc
amb salsa de tomàquet

Pollastre a la planxa
amb salsa de poma

Calamars a la romana
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

Fruita del temps

Iogurt ensucrat

Fruita del temps

Fruita del temps

DILLUNS 26

DIMARTS 27

DIMECRES 28

DIJOUS 29

DIVENDRES 30

Arròs a la marinera

Mongeta tendra
amb patata i raig d'oli d'oliva

Sopa de peix

Espirals a la bolonyesa

Llenties estofades
amb verdures

Llom a la planxa
amb enciam i pastanaga

Lluç arrebossat
amb enciam i olives

Truita francesa
amb enciam i remolatxa

Pernilets de pollastre
a la llimona

Hamburguesa de peix
amb patates xips

Fruita del temps

Fruita del temps

Iogurt ensucrat

Fruita del temps

Fruita del temps

Menús revisats per dietista-nutricionista col·legiada n° CAT1381. El/la responsable del menjador diposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presenten al·lèrgies.

Composició de les salses:

Salsa de tomàquet: tomàquet triturat, pastanaga, ceba, oli de girasol

Salsa verda: All i julivert, ceba, pèsols, oli de girasol

Salsa de formatge: Formatge, ceba, llet, nata líquida

Salsa de llimona: Suc de llimona, pell de llimona, ceba, oli de girasol

Salsa de poma: Suc de poma, ceba, oli de girasol