

MES: OCTUBRE '18

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA



1. SETMANA
2. SETMANA
3. SETMANA
4. SETMANA
5. SETMANA

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	Crema de carbassó Espagueti amb formatge Fruita	Arròs de muntanya Lluç amb verdures Fruita	Puré de patata Llom arrebossat Fruita	Puré de llenties Pollastre guisat amb bolets Fruita	(Special Olympics) Amanida de pasta Mandonguilles a la jardinera Fruita
8	Crema de carbassa Arròs tres delícies Fruita	Espaguets bolonyesa Peix blanc amb pastanaga i ceba Fruita	Puré de patata Filet de vedella Fruita	Puré de coliflor Hamburguesa conill Fruita	FESTIU
15	Arròs amb verdures Croquetes Fruita	Macarrons a la carbonara Llom guisat amb prunes Fruita	Puré de mongeta sortint de l'olla Bacallà amb samfaina Fruita	Sopa de brou Truita de patates Fruita	Puré de minestra de verdures Pollastre al forn Fruita
22	Puré de cigrons Macarrons a la amatriciana Fruita	Trinxat Salsitxes de pollastre Fruita	Puré de llenties guisades Croquetes Fruita	Puré de bròquil amb patates Vedella guisada amb bolets Fruita	Fideus a la cassola Peix blanc a la provençal Fruita
29	Puré de mongeta amb ou dur Flamenquins de pernil i formatge Fruita	Espirals a la napolitana Pit de pollastre arrebossat Fruita	Paella Hamburguesa de vedella Fruita		

T'INFORMEM

- Productors locals: logurt de la Reula i de Cal Majuba; Patates del Salvador Sala; Vedella ecològica de Ecopyrene; Llegum del Miquel Pons; Vedella de Ca l'Andreu; Carn del Charlie; Conill ECO Isabel Perera
- Les fruites: poma, pera, pruna, figa, plàtan, préssec, nectarina, síndria, meló, raïm, magrana, caqui, figa, clementina i kiwi.
- Les verdures bròquil, coliflor, api, col verda, bleda, espinac, bolets, carabassó, cogombre, pebrot vermell, fonoll, porro, nap, carabassa d'hivern, pastanaga, endívia, enciam romà, col de Brussel·les, col llombarda, i tomàquet
- De dimarts a divendres hi haurà amanida d'acompanyament

Bon profit!!
www.mengemdaqui.cat

- 1 PRODUCTE DE PROXIMITAT
- 2 PRODUCTE DE TEMPORADA
- 3 RECEPTE TRADICIONAL



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

