

MES: OCTUBRE '18

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA



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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DI VENDRES
1	Crema de carbassó Espagueti amb formatge Fruita	Arròs de muntanya Lluç amb verdures Làctic	Trinxat de col Llom arrebossat Fruita	Llenties Pollastre guisat amb bolets Fruita	(Special Olympics) Amanida de pasta Mandonguilles a la jardinera Fruita
8	Crema de carbassa Arròs tres delícies Fruita	Espaguetis bolonyesa Salmó amb pastanaga i ceba logurt de proximitat	Puré de patata amb bolets Filet de vedella Fruita	Coliflor Hamburguesa conill Fruita	FESTIU
15	Arròs amb verdures i bolets Croquetes Fruita	Macarrons a la carbonara Llom guisat amb prunes Làctic	Mongeta sortint de l'olla Bacallà amb samfaina Fruita	Sopa de brou Truita de patates Fruita	Minestra de verdures Pollastre al forn Fruita
22	Cigrons Macarrons a la amatriciana Fruita	Trinxat Salsitxes de pollastre Làctic	Llenties guisades Croquetes Fruita	Bròquil amb patates Vedella guisada amb bolets Fruita	Fideus a la cassola Peix blau a la provençal Fruita
29	Mongeta amb ou dur Rotllets de primavera Fruita	Espirals a la napolitana Pit de pollastre arrebossat Làctic	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:

