

MES: SETEMBRE

CENTRE EDUCATIU: ESCOLA RIDOLAINA



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA	Crema de carabassó Macarrons amb salsa de ceba, bolets i avellanes Pera	Paella Bacallà amb samfaina Amanida compartida Iogurt	Ensaladilla russa Pollastre guisat/planxa /forn Amanida compartida Meló	Mongetes amb patates Llibrets de llom / croquetes de pernil Plàtan	Empedrat Ous (farcits, truita, remenats...) Amanida compartida Síndria
2. SETMANA	Sopa de tomàquet/gaspatxo/amanida completa Arròs amb verdures Pruna	Espaguetis bolonyesa Peix blau forn/ planxa/ vapor amb verdures Amanida per compartir Iogurt	Amanida completa Pastís de patata amb carn picada de vedella/ poltre i formatge Figa/meló	Purè de patates Conill forn guisat/planxa/ Hamburguesa de conill amb patates Meló	Cigrons de pobre Ous (farcits, truita, remenats...) Amanida per compartir Plàtan
3. SETMANA	Sopa de mongetes (freda/calenta) Coca de recapte Préssec	Mongeta tendra amb patata Llom guisat/ planxa/ forn Amanida per compartir Iogurt	Llenties estofades Peix blanc (Llucet arrebossat) Amanida per compartir Poma de Cerdanya	Amanida de pasta Truita francesa o de patates i pa amb tomàquet Plàtan	Minestra de verdures Pollastre al forn/guisat/planxa amb patates Amanida per compartir Figa / raïm
4. SETMANA	Humus amb bastonets de verdura Pasta amb tomàquet i formatge Préssec / nectarina	Verdures de temporada al forn amb patates Vedella amb bolets Amanida per compartir Iogurt	Amanida completa* Arròs a la cubana / Arròs tres delícies Meló	Crema de carbassó Pollastre amb samfaina Poma de Cerdanya	Rossejat de fideus/Fideuà Peix blau forn/ planxa/vapor Amanida per compartir Síndria

T'INFORMEM

- Els làctics subministrats són Ca l'Alzina de Puigcerdà

- Dia per treballar continguts al menjador/ l'aula: Primer dilluns de curs. Introduir el concepte de dia vegetal.

* En el cas dels més petits l'amanida complerta caldrà substituir-la per un plat més acceptat i incloure una petita amanida per compartir.

www.mengemdaqui.cat

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



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

