

MES: OCTUBRE

CENTRE EDUCATIU: ESCOLA RIDOLAINA



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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DI VENDRES
1. SETMANA	Crema de carbassó ² Cereals amb llegums (Lassanya o pasta amb bolonyesa de llenties) iogurt de Ca l'Alzina ¹	Sortida a Cortariu No hi ha servei de Carmanyola	Trinxat de col ^{1,2,3} Llom guisat/planxa/forn Amanida Pera ² / caqui ²	Espinacs a la Catalana ³ Pollastre amb Bolets ^{1,2,3} Poma ²	Llenties estofades Ous ¹ farcits/truita francesa Amanida Plàtan / préssec
2. SETMANA	Risotto de civada amb verdures i bolets Croquetes de llegums amb salsa de iogurt ¹ iogurt de Ca l'Alzina ¹	Sortida a Sallagosa No hi ha servei de Carmanyola	Puré de patata ^{1,2} amb Bolets ^{1,2} Filet de vedella ¹ /poltr ¹ Amanida Raïm ² /figa ²	Coliflor ² gratinada Conill amb moniato ^{2,3} o Hamburguesa de conill amb guarnició de moniato Poma ^{1,2}	Cigrons amb Espinacs ^{2,3} Ous ¹ (farcits, truita, remenats...) Amanida Plàtan
3. SETMANA	Crema de Carabassa ² Arròs amb llenties i verdures saltejades iogurt de Ca l'Alzina ¹	Sortida a All No hi ha servei de Carmanyola	Mongetes sortint de l'olla ³ amb oli Bacallà amb samfaina ³ Amanida Poma ^{1,2}	Sopa torrada amb pilotilles ³ Truita ¹ francesa o de patates ^{1,2} i pa amb tomàquet Raïm ²	Minestra de verdures Pollastre al forn/guisat/planxa Amanida Plàtan
4. SETMANA	Cigrons amb Bolets ^{1,2,3} Macarrons a la bolognesa vegetal iogurt de Ca l'Alzina ¹	Sortida a Prullans No hi ha servei de Carmanyola	Amanida completa* Arròs a la cubana / Arròs tres delícies Taronja ² / magrana ²	Bròquil ² amb patates ^{1,2} Salsitxes / croquetes de pollastre Poma ¹ / Poma al forn	Fideus a la cassola Peix blau forn/planxa/vapor Amanida Pera ²
5. SETMANA	Crema de carbassó ² Cereals amb llegums (Lassanya o pasta amb bolonyesa de llenties) iogurt de Ca l'Alzina ¹	Arròs de muntanya ³ Peix blanc fregit Amanida Clementina ²	Trinxat de col ^{1,2,3} Llom guisat/planxa/forn Amanida Pera ² / caqui ²	- Dia per treballar continguts al menjador/ l'aula: 1r dijous de mes, temporada de bolets i pomes del territori. *En el cas dels més petits l'amanida complerta caldrà substituir-la per un plat més acceptat i incloure una petita amanida per compartir.	

T'INFORMEM

- Els làctics subministrats són Ca l'Alzina de Puigcerdà

www.mengemdaqui.cat

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



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

