

MES: NOVEMBRE '18

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA				FESTA 1	Llenties Truita amb pernil Fruita 2
2. SETMANA	5 Arròs tres delícies Rotlles de primavera Fruita	6 Escudella Salmó amb pastanaga i ceba logurt de proximitat	7 Puré de patata amb bolets Croquetes de pernil Fruita	8 Coliflor Hamburguesa conill Fruita	9 Cigrons amb espinacs Truita amb formatge Fruita
3. SETMANA	12 Arròs amb verdures i bolets Croquetes Fruita	13 Macarrons a la milanesa Llom guisat amb prunes Làctic	14 Mongeta sortint de l'olla Bacallà amb samfaina Fruita	15 Sopa de brou Truita de patates Fruita	16 Minestra de verdures Pollastre al forn Fruita
4. SETMANA	19 Cigrons Arròs amb verdures Fruita	20 Trinxat Salsitxes de pollastre Làctic	21 Arròs amb tomàquet Llom Fruita	22 Bròquil amb patates Vedella guisada amb bolets Fruita	23 Fideus a la cassola Peix blau a la provençal Fruita
5. SETMANA	26 Crema de carbassa Mongeta amb ou dur Fruita	27 Espirals a la napolitana Pit de pollastre arrebossat Làctic	28 Paella Hamburguesa de vedella Fruita	29 Mongetes guisades Barretes de lluç Fruita	30 Mongeta verda amb tomàquet Ou dur amb pernil salat 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.
- De temporada: **fruites**: Poma, clementina, mandarina, pera, plàtan, magrana, caqui, taronja, raïm, kiwi i les **verdures** Bròquil, coliflor, escarola, api; col verda, bleda, espinac, pebrot vermell, porro, nap, carabassa d'hivern, pastanaga, bolets, salsifí, col de Brussel·les, col llombarda, i endívia.
- 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:

