

MES: GENER

CENTRE EDUCATIU: ESCOLA RIDOLAINA



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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA	No hi ha servei de Carmanyola	Arròs de muntanya Peix blanc forn/planxa/vapor Amanida Taronja ²	Trinxat de col ^{1,2,3} Llom guisat/planxa/forn Amanida Pera	Espinacs a la Catalana ³ Pollastre a la cassola Poma ¹	Cigrons amb espinacs Ous (farcits, truita, remenats...) Amanida Mandarina ²
2. SETMANA	Arròs amb verdures Croquetes de llegums amb salsa de iogurt logurt de Ca l'Alzina ¹	Escudella barrejada ³ Peix blau planxa/forn/vapor amb verdures Amanida Kiwi ²	Purè de patata ^{1,2} Filet de vedella ¹ /poltre ¹ amb ceba Amanida Mandarina ²	Coliflor ² gratinada Conill al forn o Hamburguesa de conill Poma ¹	Llenties estofades Ous ¹ (farcits, truita, remenats...) Amanida Plàtan
3. SETMANA	Crema de Carabassa ² Arròs amb llenties logurt de Ca l'Alzina ¹	Arròs amb verdures Escalopa de vedella o poltre Amanida Kiwi ²	Mongetes sortint de l'olla ³ amb oli Bacallà amb samfaina ³ Amanida Mel i mató ¹	Macarrons Truita francesa o de patates i pa amb tomàquet Plàtan	Minestra de verdures Pollastre al forn/guisat/planxa Amanida Taronja ²
4. SETMANA	Crema de Cigrons (Hummus) Arròs amb verdures logurt de Ca l'Alzina ¹	Bròquil amb patates ^{1,2} Fricandó ³ Amanida Mandarina ²	Amanida complerta* Arròs a la cubana / Arròs tres delícies Poma ¹ / Poma al forn ¹	Patates ^{1,2} guisades Croquetes o salxixes de pollastre Taronja ²	Fideus a la cassola Peix blau forn/planxa/vapor Amanida Pera

T'INFORMEM

- Els làctics subministrats són Ca l'Alzina de Puigcerdà

www.mengemdaqui.cat

-Dia per treballar continguts al menjador/ l'aula: 3r dimecres es podria parlar dels làctics del territori (mel i Mató, iogurts.)

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

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



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

