

MES: Febrer 2019

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA - CELÍACS



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA					1 Pasta a la amatriciana Botifarra Fruita
2. SETMANA	4 Puré de pastanaga Macarrons amb bacallà Fruita	5 Arròs de muntanya Llenguadina amb verdures logurt de proximitat	6 Trinxat de col Llom planxa Fruita	7 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb llimona Fruita	8 Cigrons amb espinacs Trita amb pernil dolç Fruita
3. SETMANA	11 Sopa de verdures Arròs tres delícies Fruita	12 Macarrons a la bolonyesa Cassó amb salsa Làctic	13 Puré de patates Mandonguilles (sense pa) Fruita	14 Coliflor Hamburguesa de conill Fruita	15 Llenties estofades Ou dur amb pernil salat Fruita
4. SETMANA	18 Crema de carbassa Arròs amb llenties Fruita	19 Macarrons amb verdures Salsitxes Làctic	20 Mongetes sortint de l'olla Bacallà amb samfaina Fruita	21 Espagueti a la bolonyesa Trita de patates amb ceba Fruita	22 Minestra de verdura Pollastre al forn Fruita
5. SETMANA	25 Cigrons Espirals amb verdures Fruita	26 Pèsols amb pernil Pit de pollastre a la planxa Làctic	27 Arròs amb tomàquet Fricandó Fruita	28 Patates guisades Hamburguesa de pollastre Fruita	

T'INFORMEM

- Els dies de pasta és apta per a celíacs
 - Productors locals: Reula, Cal Majuba i Cadí (làctics); Salvador Sala (patates); Ecopyrene (vedella ECO); Miquel Pons (llegum); Agustí Porta (carn); El Mos; Mafriseu (carn); Guiu (aviram); Devesa.
 - Les **fruites**: taronja, mandarina, clementina, poma, pera, plàtan i kiwi
 - Les **verdures** bròquil, col verda, endívia, carxofa, all tendre, ceba tendra, porro, carabassa d'hivern, coliflor, bleda, espinac, pastanaga, pèsol, fava, espàrrec i calçots, espigall, col llombarda.
 - 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:

