

MES: Març 2019

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA



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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA					1 Pasta a la amatriciana Botifarra Fruita
2. SETMANA	4 Purè de pastanaga Macarrons amb verdures Fruita	5 Arròs de muntanya Llengüadina amb verdurettes logurt de proximitat	6 Trinxat de col Llom arrebossat Fruita	7 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb llimona Fruita	8 Pèsols ofegats Trita amb pernil dolç Fruita
3. SETMANA	11 Arròs amb verdures Croquetes espinacs Fruita	12 Escudella Cassó amb salsa Làctic	13 Minestra de verdures Escalopa de vedella Fruita	14 Coliflor Hamburguesa de conill Fruita	15 Cigrons amb espinacs Ou dur amb pernil salat Fruita
4. SETMANA	18 Crema de carbassa Arròs amb verdura i fruits secs Fruita	19 Canelons de espinacs Salsitxes Làctic	20 Llenties estofades Bacallà amb samfaina Fruita	21 Espaguetis a la bolonyesa Trita de patates Fruita	22 Minestra de verdura Pollastre al forn Fruita
5. SETMANA	25 Cigrons Espirals amb verdures Fruita	26 Trinxat de espinacs Croquetes Làctic	27 Arròs amb tomàquet Llom empanat Fruita	28 Bròquil amb patates Hamburguesa de pollastre Fruita	Fideus a la cassola Peix Fruita

T'INFORMEM

- Productors locals: Reula i Cadí (làctics); Salvador Sala (patates); Ecopyrene (vedella ECO); Miquel Pons (llegum); Agustí Porta (carn); El Mos; Mafriseu (carn); Guiu (aviram); ECO La Devesa, Cial.Segre (conill)
- 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:

