

MES: Febrer 2020

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA- celíacs



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA					
2. SETMANA	3 Puré de pastanaga Macarrons amb bacallà Fruita	4 Arròs de muntanya Llenguadina amb verdures Làctic	5 Trinxat de col Llom planxa Fruita	6 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb llimona Fruita	7 Cigrons amb espinacs Trita amb pernil dolç Fruita
3. SETMANA	10 Sopa de verdures Arròs tres delícies Fruita	11 Espirals a la bolonyesa Cassó amb salsa Làctic	12 Puré de patates Mandonguilles Fruita	13 Coliflor Hamburguesa de conill Fruita	14 Llenties estofades Ou dur amb pernil salat Fruita
4. SETMANA	17 Crema de carbassa Arròs amb llenties Fruita	18 Macarrons amb verdures Salsitxes de porc Làctic	19 Mongetes sortint de l'olla Bacallà amb samfaina Fruita	20 Tortellini a la napolitana Trita de patates Fruita	21 Minestra de verdures Pollastre al forn Fruita
5. SETMANA	24 Cigrons Espirals tres delícies Fruita	25 Pèsols amb pernil Peix planxa Làctic	26 Arròs amb tomàquet Fricandó Fruita	27 Patates guisades Hamburguesa de pollastre Fruita	28 Pasta amatriciana Botifarra Fruita

T'INFORMEM

- Productors locals: Reula i Cadí (làctics); Salvador Sala (patates); Ecopyrene (vedella ECO); Miquel Pons (llegum); El Mos; Mafriseu (carn); Guiu (aviram); ECO La Devesa.
- Les **fruites**: poma, clementina, mandarina, pera, plàtan, taronja, kiwi. **Les verdures** bròquil, coliflor, escarola, api, col verda, bleda, espinac, porro, nap, carabassa d'hivern, pastanaga, xirivia, salsifí, col de Brussel·les, col llombarda, brot i endívia.
- El làctic un cop al mes serà de proximitat.
- 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:

