

MES: OCT - NOV - DES

CENTRE EDUCATIU: ESCOLA BAC DE Cerdanya



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DI VENDRES
1. SETMANA	Crema de pastanaga i lleties Lasanya de verdures Fruita	Coliflor amb patates Pollastre amb samfaina logurt	Cigrons amb verdures Peix blau + puré de pastanaga i patata Fruita	Arròs amb carxofa Salsitxes + amanida Fruita	Tallarines amb salsa de bolets Trita francesa o verdures + amanida Fruita
2. SETMANA	Sopa de fideus Guisat de mongeta blanca amb verdures Fruita	Minestra de verdures Pollastre arrebossat + moniato al forn logurt	Macarrons amb tomàquet i pastanaga Peix blanc + amanida Fruita	Bròquil gratinat Mandonguilles amb verdures i cuscús Fruita	Arròs amb verdures de l'hort Trita francesa + amanida Fruita
3. SETMANA	Amanida de cigrons Caneló de verdures Fruita	Amanida complerta de tardor Arròs caldós amb peix logurt	Crema de carbassa Pizza amb pernil i verdures Fruita	Pèsols estofats amb bolets i patata Peix blau + amanida Fruita	Mongeta verda amb pernil Trita de patates + amanida Fruita
4. SETMANA	Crema de verdures Estofat de lleties i arròs amb verdures Fruita	Panató de verdures (vapor o forn) Fricandó de vedella amb patata logurt	Espaguetis jardineria Peix blanc + amanida Fruita	Escudella de cigrons Cuixetes de pollastre al forn +amanida Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet Trita de formatge Fruita
5. SETMANA					

T'INFORMEM

- Gràfic d'al·lèrgens que poden estar presents en el menú



- Vedella ecològica
- Làctics de proximitat
- Fruita de temporada

www.mengemdaqui.cat

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



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

