

MES: GENER'23

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA - celíacs



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA	2 Raviolis Hamburguesa vegetal Fruita	3 Cigrons amb ou dur Croquetes de pollastre Làctic	4 Canelons d'espínacs Empanadilles Fruita	5 Sopa de peix Hamburguesa de conill Fruita	6 FESTIU BONS REIS
2. SETMANA	9 Arròs amb tomàquet Croquetes casolanes Fruita	10 Patates guisades Peix blanc al forn Làctic	11 Menestra de verdures Llom arrebossat Fruita	12 Sopa de verdures Pit de pollastre amb alfàbrega Fruita	13 Coliflor gratinada (1,7) Truita de pernil dolç (5) Fruita
3. SETMANA	16 Mongeta verda amb tomàquet Flamenquines Fruita	1 Llenties guisades Cassó amb ceba tomàquet, llimona Làctic	18 Crema de pèsols Pollastre guisat Fruita	19 Pasta a la bolonyesa Truita de carbassó (5) Fruita	20 Arròs de muntanya (9) Salsitxa de porc Fruita
4. SETMANA	23 Amanida de pasta Mandonguilles vegetals a la jardinera (1) Fruita	24 Bròcoli amb patata Hamburguesa de pollastre Làctic	2 Cigrons amb espínacs Lluç arrebossat Fruita	26 Purè de patata Vedella guisada Fruita	27 Arròs 3 delícies Truita de formatge Fruita
5. SETMANA	30 Sopa de verdures Croquetes d'espínacs Fruita	31 Mongeta sortint de l'olla Botifarra Làctic			

T'INFORMEM

- De dimarts a divendres hi haurà amanida d'acompanyament
- Els iogurts seran sempre de proximitat.
- Les croquetes dels al·lèrgics i intolerants seran casolanes.
- El dia 20 és festiu a la Seu d'Urgell

Bon profit!!

www.mengemdaqui.cat

- | | |
|-------------|------------------|
| 1 Gluten | 6 Soja |
| 2 Crustacis | 7 Llet |
| 3 Mol·luscs | 8 Cacaüets |
| 4 Peix | 9 Fruita seca |
| 5 Ous | 10 Fruita fresca |



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



Generalitat de Catalunya
Departament d'Agricultura,
Ramaderia, Pesca i Alimentació

Fons Europeu Agrícola
de Desenvolupament Rural:
Europa Investeix en les zones rurals



Consell comarcal
de l'Alt Urgell



CONSELL COMARCAL
DE LA Cerdanya

SOC
Servei d'Ocupació
de Catalunya

Generalitat
de Catalunya

