

MES: MARÇ

CENTRE EDUCATIU: ESCOLA MIRET I SANS



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Crema de carabassó Llenties estofades amb verdures* Fruita (10)	3 Amanida verda amb tomata i pastanaga Lluç al forn (4) Fruita (10)	4 Arròs integral amb verdures Truita d'espínacs* (1) Iogurt (7)	5 Fesolets amb tomata Botifarra al forn Pera (10)	6 Mongeta tendra amb patata Escalopa de vedella* (1) Macedònia (10)
9 Puré de verdures Hamburguesa vegetal* Fruita (10)	10 Coliflor gratinada (7) Salmó al forn* (4) Fruita (10)	11 Amanida de llenties Mandonguilles amb pèsols* (1) Natilla (7)	12 Macarrons a la bolonyesa Pollastre a la planxa* Fruita (10)	13 Arròs integral amb salsa de verdures Truita de patata i ceba* (5) Fruita (10)
16 Crema de carabassa Pasta integral amb tomata Fruita (10)	17 Pasta ECO amb oli d'all i formatge (1,7) Rostit de llom amb poma Poma ECO (10)	18 Trinxat de col Tonyina al forn* (1,4) Iogurt (7)	19 Arròs de muntanya Pit de pollastre arrebossat* (1-5) Fruita (10)	20 Ous farcits (4-5-7) Vedella a la jardineria* Fruita (10)
23 Hummus amb bastonets Cigrons estofats amb verdures Fruita (10)	24 Sopa de pasta (1) Estofat de sípia amb patata* (3) Fruita (10)	25 Arròs a la cubana (5) Llom guisat amb pèsols* Mató (7)	26 Amanida completa Cuixa de pollastre amb verdures* Fruita (10)	27 Espaguetis amb cloïsses (1,3) Truita de carabassó* (5) Macedònia (10)
30 FESTIU	31 FESTIU			

T'INFORMEM

Làctics: La Reula (sense sucre)

Amanides: Oli OVE

Beguda: Aigua

Pa: blanc i integral

Sal iodada

*amb enciam i tomata

El menú pot variar per disponibilitat del producte.
 Comuniquen si l'alumne té al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.

www.mengemdaqui.cat

AL·LÈRGENS

- | | |
|-------------|------------------|
| 1 Gluten | 7 Llet |
| 2 Crustacis | 8 Cacauets |
| 3 Mol·luscs | 9 Fruita seca |
| 4 Peix | 10 Fruita fresca |
| 5 Ous | 11 Fruits secs |
| 6 Soja | |

Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:


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

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

 SOC
 Servei d'Ocupació
 de Catalunya

 Generalitat
 de Catalunya
