MES: NOVEMBRE'26 CENTRE EDUCATIU: ESCOLA PAU CLARIS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a SETMANA	2 Arròs llarg amb alfàbrega Cigrons amb tomàquet i ou dur (5) Iogurt ECO (7)	3 Verdura bullida variada Pollastre rostit amb bolets Pera	4 Crema de carbassó i fonoll Cua de lluç al forn amb samfaina (2,3,4) Plàtan	5 Pasta integral amb salsa napolitana (1,6,7 i mostassa) Truita de verdures (5) Poma ECO	6 Llenties amb moniato (1) Salsitxa al forn Fruita variada
2a SETMANA	9 Arròs integral amb pebrot vermell Mongeta blanca amb tomàquet Mandarina	10 Crema de pastanaga Rostit de vedella ECO i porc amb bolets Iogurt ECO (7)	11 Cigrons amb verdures i pernil Truita de patates (5) Poma ECO	12 Brou de pollastre i vedella amb pasta (1,5 i mostassa) Hamburguesa de pollastre casolana al forn	13 Puré de patata i formatge (7) Bacallà amb fesols (2,3,4) Fruita Variada
3a SETMANA	16 Arròs llarg amb saltejat de verdures Llenties amb pastanaga (1) Iogurt ECO (7)	17 Trinxat amb col ECO Croquetes (de l'1 al 7) Poma ECO	18 Pasta integral amb salsa de formatge (1,6,7 i mostassa) Truita de carbassó (5) Plàtan	19 Patata i tavella ECO Cuixa de pollastre a la cassola amb prunes (9) Mandarina	20 Cigrons a la cassola Filet de lluç amb all i julivert (2,3,4) Fruita variada
4a SETMANA	23 Crema de carbassa ECO Pasta ECO amb bolonyesa de llegums (1,6,7 i mostassa) Poma ECO	24 Llenties amb carbassó (1) Filet de pollastre al forn amb salsa de poma Iogurt ECO (7)	25 Puré de patata (7) Guisat de cap de llom amb tomàquet Mandarina	26 Arròs integral amb verdures Cua de lluç al forn amb ceba i julivert (2,3,4) Plàtan	27 Mongeta blanca amb cansalada Ous al forn gratinats amb beixamel (1,5,7) Fruita variada
5a SETMANA	30 Arròs blanc amb formatge (7) Cigrons amb carbassó Poma ECO				

MENGEM D'AQUÍ
ALT URGELL | CERDANYA

T'INFORMEM

Amanim amb oli verge extra d'oliva de la Coop. de la Granadella. Cada dia hi ha amanida i un dia da la setmana un acompanyament calent. Pa integral cada dia, ous de proximitat i fruita ecològica d'Ecoladevesa. Patates de Montant. L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta blanca és Ecològica i Iogurt de proximitat ECO de la Reula

www.mengemdaqui.cat

1. Gluten
2. Crustacis
3. Mol.luscs
4. Peix
5. Ous
6. Soja
7. Llet
8. Cacauets
9. Fruita seca
10. Fruita fresca

Menú elaborat amb l'assessorament de: alicia

Organitza: CONSORCI GAL Alt Urgell - Cerdanya

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

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

Consell comarcal de l'Alt Urgell

CONSELL COMARCAL DE LA CERDANYA

SOC Servei d'Ocupació de Catalunya

Generalitat de Catalunya

L'ALT URGELL