

Menú escola Margalló

SETEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1	2	3	4
	VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES
7	8	9	10	11
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES
14	15	16	17	18
Macarrons amb salsa de tomàquet Calamars a la romana i guarnició de pastanaga i blat de moro Gelats	Mongeta tendra amb patata Hamburguesa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	Llenties amb hortalisses Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Arròs tres delícies Bacallà al forn amb tomàquet Fruita del temps	Amanida de patata Pollastre al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps
21	22	23	24	25
Amanida de cigrons Daus de vedella a l'orenga Fruita del temps	Rissoto de xampinyons Fogoner a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	Verdura tricolor Trita de patates i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	Espaguetis a la napolitana Pollastre a l'ajillo i amanida d'enciam i formatge fresc Fruita del temps	Puré de verdures Botifarra de porc i amanida d'enciam i pastanaga logurt natural
28	29	30		
Bledes amb patata Mandonguilles a la jardinera Fruita del temps	Mongetes blanques estofades amb hortalisses Llom a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	Espirals a la carbonara Tiretes de lluç cruixents i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.

Ens enlairem cap al curs 15-16!!

Després d'uns dies de vacances iniciem amb molta il·lusió el nou curs 15-16, des de FUNDESPLAI us volem donar la benvinguda i engrescar-vos a tots a gaudir del temps del migdia a l'escola.



Desglossament dels plats

Tots aquells plats guisats o estofats, es cuinen amb una base de sofregit de ceba, tomàquet, pebrot vermell, pebrot verd, all i oli d'oliva.

Llegum guisada amb hortalisses: ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot verd, pebrot vermell, llorer i oli d'oliva.

Arròs tres delícies: amb truita, pernil cuit i pèsols.

Amanida de patata: patata, tomàquet, ou dur, olives negres, i mica de picada d'all i julivert.

Amanida de cigrons: cigrons, tomàquet, tonyina, blat de moro i olives verdes.

Salsa a l'orenga: ceba, orenga, llorer, mica d'all i vinagre, i farina de blat.

Rissoto de xampinyons: arròs, ceba, xampinyons, llet, formatge ratllat, mica d'all i julivert, i brou vegetal.

Verdura tricolor: Patata, pastanaga, mongeta tendra, pèsols, coliflor, cols de Brussel·les i faves.

A la napolitana: tomàquet natural, ceba, all, mica de salsa de tomàquet fregit i daus de carbassó.

A l'ajillo: pernillets de pollastre, all, herbes provençals i oli.

Puré de verdures: patata, mongeta tendra, pastanaga, carbassó, ceba i porro.

A la jardineria: sofregit, daus de pastanaga i pèsols.

Salsa carbonara: bacon, llet semidesnatada, margarina i nou moscada.

Proposta de sopars

SETEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 VACANCES	2 VACANCES	3 VACANCES	4 VACANCES
7 VACANCES	8 VACANCES	9 VACANCES	10 VACANCES	11 VACANCES
14 Vichysoisse Truita de pernil amb pa torrat Làctic / Fruita	15 Amanida d'arròs Seitons a l'andalusa amb carbassó a la planxa Làctic / Fruita	16 Pastís fred de carbassó i patata Pollastre a la planxa amb xampinyons Làctic / Fruita	17 Amanida amb ruca, fruits secs i préssec Truita de patates amb pa torrat Làctic / Fruita	18 Espaguetis al pesto Rellom de porc a la planxa amb orenga i amanida Làctic / Fruita
21 Puré de carbassa i patata Croquetes de bacallà amb amanida verda i maduixes Làctic / Fruita	22 Bledes amb patata Truita de verdures amb tomàquet amanit Làctic / Fruita	23 Amanida de tomàquet i formatge fresc Entrepà d'hamburguesa a la planxa Làctic / Fruita	24 Amanida amb pasta tricolor Pollastre amb salsa de pinya Làctic / Fruita	25 Amanida de canonges i raïm Pizza casolana de formatge i tonyina Làctic / Fruita
28 Sopa freda de meló i formatget amb encenalls de pernil Conill amb bolets i cuscús Làctic / Fruita	29 Puré fred de carbassó i patata Broqueta de xerri, rap i llagostins Làctic / Fruita	30 Gaspatxo Llonzes de porc a la planxa amb verdures i puré de patata Làctic / Fruita		