

Menú escola Margalló

NOVEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 FESTA	3 Arròs amb salsa de tomàquet Crestes de tonyina amb guarnició de pastanaga i blat de moro Préssec en almívar	4 Bledes amb patata Porc amb salsa de poma Fruita del temps	5 Escudella barrejada Bacallà al forn amb tomàquet i guarnició de xips Natilles	6 Llenties amb hortalisses Hamburguesa de vedella i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps
9 Crema de carbassa i patata Canelons de carn gratinats Fruita del temps	10 Arròs a la milanesa Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps	11 Sopa de brou amb estrelletes Salmó al forn amb verdures i guarnició de patates fregides Fruita del temps	12 Trinxat de col i patata Pollastre rostit Fruita del temps	13 Mongetes blanques estofades amb hortalisses Fogoner al forn amb tomàquet i amanida d'enciam i olives logurt natural
16 Espirals al pesto Pollastre al forn i guarnició de xampinyons Fruita del temps	17 Bròquil amb patata Fricandó de vedella Fruita del temps	18 Arròs tres delícies Salsitxes de pollastre i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	19 Cigrons estofats amb hortalisses Abadejo al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	20 Puré de verdures Truita de patates i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural
23 Patates guisades amb carn magra Bacallà a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	24 Sopa de peix amb arròs Sant Jacobo de pernil i formatge i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	25 Mongetes pintes estofades amb hortalisses Lluç al forn amb llimona i tomàquet amanit amb orenga Fruita del temps	26 Mongeta tendra amb patata Daus de vedella a la jardineria Fruita del temps	27 Jornada Gastronòmica de Xina Tallarines amb verdures i salsa de soja Pollastre agredolç Flam xinès
30 Arròs amb salsa de tomàquet Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro 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.

20 de novembre. Dia dels drets dels infants

El 20 de novembre de 1989, l'Assemblea General de les Nacions va redactar la "Convenció sobre els Drets de l'Infant", recollint per primera vegada i en un únic document, tots els drets que tenen els infants i que són d'obligat compliment pels Estats.

Conscients de la responsabilitat de vetllar i difondre aquests drets, celebrem cada any el dia Universal dels Drets de l'Infant, i aprofitem per donar-los a conèixer a petits i a grans.

L'article 31 expressa que: Els Estats membres reconeixen el dret de l'infant al descans i a l'esplai, al joc i a les activitats d'esbarjo adequades a la seva edat, i a participar lliurement en la vida cultural i les arts.

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.

Salsa de poma: poma, ceba, all i mica de pebre negre.

Escudella: fideus, mongeta blanca, cigrons i brou casolà d'au.

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

Crema de carbassa: carbassa, patata, pastanaga, porro i ceba.

Arròs a la milanesa: arròs, sofregit, pernil cuit, formatge i pèsols.

Salsa de verdures (peix): carbassó, ceba, pastanaga, all i llorer.

Trinxat: col, patata, ceba i bacon.

Pollastre rostit: ceba, porro i romaní.

Salsa pesto: alfàbrega, formatge ratllat, mica d'all i oli d'oliva.

Fricandó: carn de vedella, sofregit, llorer i mica de farina de blat de moro.

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

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

Patates estofades amb carn magra: patates, carn magra, sofregit amb pebre vermell, pèsols i brou vegetal.

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

Tallarines amb verdures i soja: pebrot verd i vermell, pastanaga, carbassó, ceba, soja germinada i salsa de soja.

Pollastre "xinès": mel, salsa de soja i mostassa.



Proposta de sopars

NOVEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 FESTA	3 Puré de verdures Cuixa desossada a la planxa i guarnició de carbassó a la planxa Làctic/Fruita	4 Arròs amb verduretes Llenguado a la planxa Làctic/Fruita	5 Coliflor amb patata Bistec de vedella a la planxa i guarnició de tomàquet al forn Làctic/Fruita	6 Sopa de brou amb estrelletes Truita de patates i amb amanida amb fruits secs Làctic/Fruita
9 Arròs tres delícies Pollastre a la llimona i amanida de tomàquet i orenga Làctic/Fruita	10 Mongeta tendra amb patata Tonyina a la planxa i guarnició d'enciam Làctic/Fruita	11 Pèsols saltejats amb pernil sala Bistec de vedella a la planxa i guarnició de puré de patates casolà Làctic / Fruita	12 Col amb patata Salsitxes de porc i amanida d'enciam i blat de moro Làctic/Fruita	13 Espirals amb salsa de tomàquet Filet rus i amanida de canonges i pipes de gira-sol Làctic/Fruita
16 Bledes amb patata Panga a la planxa i guarnició de tomàquet al forn Làctic/Fruita	17 Sopa de gallina amb fideus Pit de gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i ruca Làctic/Fruita	18 Mongetes blanques saltejades amb all i julivert Orada en papillota Làctic/Fruita	19 Amanida d'arròs, hortalisses i poma Mandonguilles fregides amb guarnició de xampinyons Làctic/Fruita	20 Escudella barrejada Llom de porc a la planxa i guarnició d'albergínia Làctic/Fruita
23 Cigrons saltejats amb pernil Pit de pollastre arrebossat i guarnició d'escarola Làctic/Fruita	24 Patates gratinades Sardines al forn i guarnició de tomàquet amb orenga Làctic/Fruita	25 Crema de carbassa i patata Rellom de porc a la planxa i guarnició de xips d'hortalisses Làctic/Fruita	26 Arròs amb salsa de tomàquet Aletes de pollastre i amanida d'enciam i pastanaga Làctic/Fruita	27 Minestra de verdures Truita de patates i guarnició de canonges Làctic/Fruita
30 Bròquil i patata Broqueta de llagostins i peix amb tomàquets xerri i ceba Làctic/Fruita				Fruites de la temporada: taronja, mandarina, magrana, pomes, caqui i fruits secs.