

Menú Escola Margalló

NOVEMBRE menú règim

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTA	2 Arròs blanc amb pastanaga Pollastre a la planxa Poma o plàtan	3 Patata i pastanaga Llom de porc a la planxa Poma o plàtan	4 Arròs blanc amb pastanaga Bacallà a la planxa Poma o plàtan
7 Patata i pastanaga Lluç a la planxa Poma o plàtan	8 Arròs blanc amb pastanaga Bistec de vedella a la planxa logurt natural	9 Patata i pastanaga Pollastre a la planxa Poma o plàtan	10 Pasta amb pastanaga Peix blanc a la planxa Poma o plàtan	11 Arròs blanc amb pastanaga Carn magra de porc a la planxa Poma o plàtan
14 Patata i pastanaga Peix blanc a la planxa Poma o plàtan	15 Arròs blanc amb pastanaga Llom de porc a la planxa Poma o plàtan	16 Pasta amb pastanaga Pollastre a la planxa Poma o plàtan	17 Arròs blanc amb pastanaga Truita francesa Poma o plàtan	18 Patata i pastanaga Bistec de vedella a la planxa logurt natural
21 Pasta amb pastanaga Bròtola a la planxa Poma o plàtan	22 Arròs blanc amb pastanaga Llom a la planxa Poma o plàtan	23 Pasta amb pastanaga Peix blanc a la planxa Poma o plàtan	24 Patata i pastanaga Bistec de vedella a la planxa Poma o plàtan	25 Arròs blanc amb pastanaga Truita francesa Poma o plàtan
28 Arròs amb pastanaga Lluç a la planxa Poma o plàtan	29 Pasta amb pastanaga Pollastre a la planxa Poma o plàtan	30 Patata i pastanaga Llom de porc a la planxa Poma o plàtan	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.	Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.

Menú Escola Margalló

NOVEMBRE menú no gluten

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.</p>	<p>1</p> <p>FESTA</p>	<p>2</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes* de pollastre i guarnició de pastanaga i olives Préssec en almívar</p>	<p>3</p> <p>Bledes amb patata Porc amb salsa de poma Fruita del temps</p>	<p>4</p> <p>Llenties estofades amb hortalisses Bacallà a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>
<p>7</p> <p>Patates guisades amb hortalisses Lluç al forn amb llimona i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Mongetes blanques estofades amb xoriç* Hamburguesa* de vedella i amanida d'enciam i remolatxa Crema catalana</p>	<p>9</p> <p>Trinxat de col i patata (bacon sense gluten) Pollastre al forn a les fines herbes i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps</p>	<p>10</p> <p>Sopa de brou amb fideus* Salmó al forn amb verduretes i guarnició de patates fregides Fruita del temps</p>	<p>11</p> <p>Arròs a la milanesa (pernil sense gluten) Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps</p>
<p>14</p> <p>Bròquil amb patata Palometa arrebossada* i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Arròs tres delícies (pernil sense gluten) Porc agredolç i guarnició de ceba confitada Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Espaguetis* al pesto Pollastre rostit i guarnició de xampinyons Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Cigrons estofats amb hortalisses Truita de tonyina i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>Jornada Gastronòmica 18 de Grècia</p> <p>Amanida grega Pastichio* (pastís gratinat de macarrons i vedella) logurt amb mel</p>
<p>21</p> <p>Macarrons* a la napolitana Bròtola a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Sopa de peix i arròs Salsitxes* de porc i patates panadera Fruita del temps</p>	<p>23</p> <p>Mongetes pintes guisades amb hortalisses Peix blanc fresc arrebossat* i amanida d'enciam i remolatxa logurt de plàtan</p>	<p>24</p> <p>Mongeta tendra amb patata Vedella a la jardinera i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps</p>	<p>25</p> <p>Paella de carn Truita de carbassó i formatge i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps</p>
<p>28</p> <p>Llenties estofades amb hortalisses Lluç al forn amb verdures i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Macarrons* a la carbonara (bacon sense gluten) Aletes de pollastre i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>30</p> <p>Coliflor amb patata Daus de porc a l'orenga i guarnició de xampinyons Fruita del temps</p>	<p>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense gluten ni traces.</p>	<p>Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.</p>

Menú Escola Margalló

NOVEMBRE menú no peix

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTA	2 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa i guarnició de pastanaga i olives Préssec en almívar	3 Bledes amb patata Porc amb salsa de poma Fruita del temps	4 Lenties estofades amb hortalisses Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps
7 Patates guisades amb hortalisses Llom a la planxa i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	8 Mongetes blanques estofades amb xoriç Hamburguesa de vedella i amanida d'enciam i remolatxa Crema catalana	9 Trinxat de col i patata Pollastre al forn a les fines herbes i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	10 Sopa de brou amb estrelletes Bistec de vedella a la planxa i guarnició de patates fregides Fruita del temps	11 Arròs a la milanesa Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
14 Bròquil amb patata Pollastre arrebossat i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	15 Arròs tres delícies Porc agredolç i guarnició de ceba confitada Fruita del temps	16 Tallarines al pesto Pollastre rostit i guarnició de xampinyons Fruita del temps	17 Cigrons estofats amb hortalisses Truita francesa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	Jornada Gastronòmica 18 de Grècia Amanida grega Pastichio (pastís gratinat de macarrons i vedella) Iogurt amb mel
21 Espirals a la napolitana Llom a la planxa i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	22 Sopa de brou vegetal i arròs Salsitxes de porc i patates panadera Fruita del temps	23 Mongetes pintes guisades amb hortalisses Pollastre arrebossat i amanida d'enciam i remolatxa Iogurt de plàtan	24 Mongeta tendra amb patata Vedella a la jardinera i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	25 Paella de carn Truita de carbassó i formatge i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
28 Lenties estofades amb hortalisses Truita francesa i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	29 Llacets a la carbonara Aletes de pollastre i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	30 Coliflor amb patata Daus de porc a l'orenga i guarnició de xampinyons Fruita del temps	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense peix, ni traces.	
				Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.

Menú Escola Margalló

NOVEMBRE menú no fruits secs

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arrebossats enfarinats amb farina de blat de moro. No es fa servir pa ratllat, pot contenir traces.	1 FESTA	2 Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre arrebossat* i guarnició de pastanaga i olives Préssec en almívar	3 Bledes amb patata Porc amb salsa de poma Fruita del temps	4 Llenties estofades amb hortalisses Bacallà a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps
Patates guisades amb hortalisses Lluç al forn amb llimona i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	7 Mongetes blanques estofades amb xoriç Hamburguesa de vedella i amanida d'enciam i remolatxa Crema catalana	8 Trinxat de col i patata Pollastre al forn a les fines herbes i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	9 Sopa de brou amb estrelletes Salmó al forn amb verduretes i guarnició de patates fregides Fruita del temps	10 Arròs a la milanesa Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
14 Bròquil amb patata Palometa arrebossada* i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	15 Arròs tres delícies Porc agredolç i guarnició de ceba confitada Fruita del temps	16 Tallarines al pesto* Pollastre rostit i guarnició de xampinyons Fruita del temps	17 Cigrons estofats amb hortalisses Trita de tonyina i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	18 Jornada Gastronòmica de Grècia Amanida grega Pastichio (pastís gratinat de macarrons i vedella) logurt amb mel (sense fruits secs)
21 Espirals a la napolitana Bròtola a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	22 Sopa de peix i arròs Salsitxes de porc i patates panadera Fruita del temps	23 Mongetes pintes guisades amb hortalisses Peix blanc fresc arrebossat* i amanida d'enciam i remolatxa logurt de plàtan	24 Mongeta tendra amb patata Vedella a la jardinera i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	25 Paella de carn Trita de carbassó i formatge i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
28 Llenties estofades amb hortalisses Lluç al forn amb verdures i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	29 Llacets a la carbonara Aletes de pollastre i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	30 Coliflor amb patata Daus de porc a l'orenga i guarnició de xampinyons Fruita del temps	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense fruits secs, ni traces.	Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.

Menú Escola Margalló

NOVEMBRE menú no porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTA	2 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre i guarnició de pastanaga i olives Préssec en almívar	3 Bledes amb patata Pollastre al forn amb poma Fruita del temps	4 Llenties estofades amb hortalisses Bacallà a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps
7 Patates guisades amb hortalisses Lluç al forn amb llimona i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	8 Mongetes blanques estofades amb hortalisses Hamburguesa de vedella i amanida d'enciam i remolatxa Crema catalana	9 Trinxat de col i patata (amb embotit de gall d'indi) Pollastre al forn a les fines herbes i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	10 Sopa de brou amb estrelletes Salmó al forn amb verdures i guarnició de patates fregides Fruita del temps	11 Arròs a la milanesa (amb embotit de gall d'indi) Trita de formatge i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
14 Bròquil amb patata Palometa arrebossada i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	15 Arròs tres delícies (amb embotit de gall dindi) Trita de verdures i guarnició d'enciam Fruita del temps	16 Tallarines al pesto Pollastre rostit i guarnició de xampinyons Fruita del temps	17 Cigrons estofats amb hortalisses Trita de tonyina i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	Jornada Gastronòmica 18 de Grècia Amanida grega Pastichio (pastís gratinat de macarrons i vedella) iogurt amb mel
21 Espirals a la napolitana Bròtola a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	22 Sopa de peix i arròs Trita de patates i guarnició de tomàquet amanit Fruita del temps	23 Mongetes pintes guisades amb hortalisses Peix blanc fresc arrebossat i amanida d'enciam i remolatxa iogurt de plàtan	24 Mongeta tendra amb patata Vedella a la jardineria i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	25 Paella de carn Trita de carbassó i formatge i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
28 Llenties estofades amb hortalisses Lluç al forn amb verdures i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	29 Llacets a la carbonara (amb embotit de gall d'indi) Aletes de pollastre i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	30 Coliflor amb patata Bròtola al forn amb xampinyons Fruita del temps	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.	
Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.				

Menú Escola Margalló

NOVEMBRE menú no carn

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTA	2 Arròs amb salsa de tomàquet Lluç arrebossat i guarnició de pastanaga i olives Préssec en almívar	3 Bledes amb patata Trita de formatge i guarnició de tomàquet amanit Fruita del temps	4 Llenties estofades amb hortalisses Bacallà a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps
7 Patates guisades amb hortalisses Lluç al forn amb llimona i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	8 Mongetes blanques saltades amb ceba Trita de patates i amanida d'enciam i remolatxa Crema catalana	9 Trinxat de col i patata (sense bacon) Bacallà a la planxa i guarnició de tomàquet amanit Fruita del temps	10 Sopa de brou vegetal amb estrelletes Salmó al forn amb verdures i guarnició de patates fregides Fruita del temps	11 Arròs a la milanesa (sense pernil) Trita de formatge i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
14 Bròquil amb patata Palometa arrebossada i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	15 Arròs tres delícies (sense pernil) Trita de verdures i guarnició d'enciam Fruita del temps	16 Tallarines al pesto Lluç al forn amb tomàquet i ceba confitada Fruita del temps	17 Cigrons estofats amb hortalisses Trita de tonyina i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	Jornada Gastronòmica 18 de Grècia Amanida grega Pastichio (pastís gratinat de macarrons) logurt amb mel
21 Espirals a la napolitana Bròtola a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	22 Sopa de peix i arròs Trita de patates i guarnició de tomàquet amanit Fruita del temps	23 Mongetes pintes guisades amb hortalisses Peix blanc fresc arrebossat i amanida d'enciam i remolatxa logurt de plàtan	24 Mongeta tendra amb patata Palometa al forn i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	25 Arròs amb verdures Trita de carbassó i formatge i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
28 Llenties estofades amb hortalisses Lluç al forn amb verdures i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	29 Llacets amb salsa de tomàquet Trita francesa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	30 Coliflor amb patata Bròtola al forn amb xampinyons Fruita del temps	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.	
Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.				

Menú Escola Margalló

NOVEMBRE menú baix en colesterol

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTA	2 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Truita francesa i guarnició de pastanaga i olives logurt natural desnatat	3 Bledes amb patata Llom a la planxa i guarnició d'enciam Fruita del temps	4 Llenties estofades amb hortalisses Bacallà a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps
7 Patates guisades amb hortalisses Lluç al forn amb llimona i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	8 Mongetes blanques estofades amb hortalisses Bistec de vedella i amanida d'enciam i remolatxa logurt natural desnatat	9 Trinxat de col i patata (amb embotit de gall dindi) Pollastre a la planxa i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	10 Sopa de brou amb estrelletes Salmó al forn amb verduretes i guarnició de patates fregides Fruita del temps	11 Arròs a la milanesa Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
14 Bròquil amb patata Palometa a la planxa i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	15 Arròs tres delícies Llom a la planxa i guarnició de ceba confitada Fruita del temps	16 Tallarines al pesto Pollastre a la planxa i guarnició de xampinyons Fruita del temps	17 Cigrons estofats amb hortalisses Truita de tonyina i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	Jornada Gastronòmica 18 de Grècia Amanida grega Pastichio (pastís gratinat de macarrons i vedella) logurt natural desnatat
21 Espirals a la napolitana Bròtola a la llauna i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	22 Sopa de peix i arròs Llom a la planxa i patates panadera Fruita del temps	23 Mongetes pintes guisades amb hortalisses Peix blanc fresc a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa logurt de plàtan	24 Mongeta tendra amb patata Bistec de vedella a la planxa i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	25 Paella de pollastre Truita de carbassó i formatge i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
28 Llenties estofades amb hortalisses Lluç al forn amb verdures i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	29 Llacets amb salsa de tomàquet Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	30 Coliflor amb patata Llom a la planxa i guarnició de xampinyons Fruita del temps	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.	
Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.				