

Menú Escola Margalló

NOVEMBRE

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 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
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 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 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 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	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 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 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 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.	
				Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.

20 de novembre. Dia dels Drets dels Infants

La Convenció sobre els Drets de l'Infant, aprovada el 1989, és un tractat internacional de Drets Humans. Avui dia, tots els països del món, a excepció dels Estats Units, han acceptat complir les normes d'aquest tractat que reconeix com a subjectes de drets als menors de 18 anys, és a dir, a tots els infants, sense distinció.

Article 12

Els Estats membres han d'assegurar a l'infant amb capacitat de formar un judici propi el dret a manifestar la seva opinió en tots els afers que l'afectin. Les opinions de l'infant han de ser tingudes en compte segons la seva edat i maduresa.

Extracte del projecte Participa! Fundesplai



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.

Amanida grega: tomàquet, formatge fresc, alfàbrega i oli d'oliva.

Arròs tres delícies: arròs, pernil dolç, ou, pèsols i oli d'oliva.

Arròs a la milanesa: arròs, tomàquet, ceba, pernil dolç, formatge, pèsols, all i oli d'oliva.

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

Verdura tricolor: patata, pastanaga, pèsols, mongeta verda i oli d'oliva.

Sopa de peix i arròs: arròs, lluç, sopa de peix, tomàquet, ceba, porro, julivert i oli d'oliva.

Paella de carn: arròs, tomàquet, ceba, pollastre, pèsols, pebrot verd, pebrot vermell, all, condiment i oli d'oliva.

Pastichio: macarrons, carn picada de vedella i de porc, tomàquet, ceba, formatge ratllat, fècula de blat de moro, ou pasteuritzat, llet, all, condiment i oli d'oliva.

Samfaina: pisto, ceba, tomàquet, all, i oli d'oliva.

Salsa de poma(carn): poma, ceba, all, mica de pebre negre i oli d'oliva. .

Salsa napolitana: salsa de tomàquet casolana i daus de carbassó.

Salsa carbonara: llet semidesnatada, bacó, farina de blat, margarina, mica de pebre negre i nou moscada.

Salsa anglesa: pastanaga, ceba, carbassó, bacon i oli d'oliva.

Salsa jardineria: sofregit, daus de pastanaga, pèsols i oli d'oliva.

A la llauna (peix): pebre vermell, all, mica de vinagre i oli d'oliva.

Salsa d'orenga (carn): ceba, orenga, all, llorer, mica de farina de blat, vinagre i oli.

Proposta de sopars

NOVEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTA	2 Crema de llegums Truita de formatge i xampinyons i amanida d'enciam i blat de moro Làctic/Fruita	3 Sopa d'au amb fideus Verat a la planxa i amanida de tomàquet amb orenga Làctic/Fruita	4 Crema de porro i patata Rellom de vedella amb xips de moniato Làctic/Fruita
7 Arròs saltejat amb verdures Truita d'embotit de gall d'indi i amanida d'enciam i pastanaga Làctic/Fruita	8 Espirals amb tomàquet Broquetes de rap i cues de gamba amb carbassó Làctic/Fruita	9 Cigrons saltejats amb verdures Truita de botifarra blanca i amanida d'enciam i remolatxa Làctic/Fruita	10 Pèsols amb patata Llom de porc i amanida de tomàquet amb olives Làctic/Fruita	11 Amanida variada amb magrana i surimi Pizza calzone casolana Làctic/Fruita
14 Sopa de brou amb lletres Hamburguesa de vedella a la planxa i amanida d'enciam i rave Làctic/Fruita	15 Crema de cigrons Truita de pernil cuït i amanida d'enciam i tomàquet Làctic/Fruita	16 Col amb patata Lluç en papillota i guarnició de tomàquet amanit Làctic/Fruita	17 Fideus d'arròs amb verdures i salsa de soja Pit de gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i pipes de gira-sol Làctic/Fruita	18 Consomé Ous estrellats amb pernil salat i patates Làctic/Fruita
21 Bledes amb patata Bistec de vedella amb guarnició de ceba confitada Làctic/Fruita	22 Minestra de verdures Roger a la planxa i amanida d'enciam i germinats Làctic/Fruita	23 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates i amanida d'enciam i blat de moro Làctic/Fruita	24 Llacets amb bolets Sardines al forn amb all i julivert i amanida d'enciam i rave Làctic/Fruita	25 Amanida completa amb alvocat Contraçuixa de pollastre amb salsa de castanyes i patata rostida Làctic/Fruita
28 Puré de verdures Pit de pollastre a la planxa amb guarnició de patates fregides Làctic/Fruita	29 Mongeta tendra amb patata Truita de pernil i amanida d'enciam i pastanaga Làctic/Fruita	30 Sopa de brou amb pasta meravella Panga arrebossada amb amanida d'enciam i brots de soja Làctic/Fruita		