



MENÚ DESEMBRE 2023



Dv. 1
AMANIDA ECO DE BROTS TENDRES AMB TOMÀQUET I FORMATGE FRESC
(verdures ECO del nostre pagès)
CANELONS CASOLANS DE POLLASTRE

FRUITA

Dv. 8



FESTA

<p>Dil. 4 ESPAGUETIS AL PESTO <i>(all, oli, formatge, alfàbrega, fruits secs)</i> TRUITA DE PATATA AMANIDA ECO <i>(enciam, pastanaga)</i> FRUITA</p>	<p>Dm. 5 BROU DE POLLASTRE <i>(pasta, carn mixta, verdures i hortalisses del nostre pagès)</i> SALSITXES PLANXA I AMANIDA ECO <i>(carn de porc, enciam, col llombarda)</i> FRUITA</p>	<p>Dc. 6 FESTA</p>	<p>Dj. 7 FESTA</p>	<p>Dv. 8 FESTA</p>
<p>Dil. 11 LLENTIES GUISADES ECO AMB VERDURETES <i>(llegum, verdures i hortalisses ECO del nostre pagès)</i> CROQUETES DE POLLASTRE CASOLANES I AMANIDA ECO <i>(enciam, tomàquet)</i> FRUITA</p>	<p>Dm. 12 PATATA I VERDURA ECO <i>(verdura ECO del nostre pagès)</i> ESTOFAT DE VEDELLA AMB PÈSOLS I XAMPINYONS IOGURT</p>	<p>Dc. 13 AMANIDA VARIADA I OU BULLIT <i>(enciam, pastanaga, blat de moro)</i> FIDEUÀ DE CARN <i>(pollastre, porc)</i> FRUITA</p>	<p>Dj. 14 CREMA DE CARBASSA <i>(verdura ECO del nostre pagès)</i> PEIX FRESC AMB SALSÀ MEDITERRÀNEA I AMANIDA D'ENCIAM ECO <i>(ceba, tomàquet, all, olives, orenga)</i> FRUITA</p>	<p>Dv. 15 ARRÒS ECO AMB TOMÀQUET <i>(arròs DO. DELTA)</i> ALETES DE POLLASTRE AL FORN I AMANIDA ECO <i>(enciam, cogombre, olives)</i> FRUITA</p>
<p>Dil. 18 PATATA I VERDURA ECO <i>(verdures ECO del nostre pagès)</i> HAMBURGUESA DE LLEGUMS AMB TOMÀQUET FRUITA</p>	<p>Dm. 19 MACARRONS A LA "PUTANESCA" <i>(all, tom., anxoves, olives, tàperes, formatge)</i> PEIX FRESC I AMANIDA ECO <i>(enciam, pastanaga)</i> FRUITA</p>	<p>Dc. 20 ESCUDELLA DE NADAL <i>(pasta de galets, carns variades i pilota)</i> POLLASTRE ROSTIT AMB PRUNES I PINYONS TORRONS I NEULES</p>	 	
<p>La nostra dietista: BERTA SAURA, Col.legiada CDNC nº CAT001156</p>				



Verdures i fruites de temporada, ecològiques i de proximitat de La Piotxa i Can Pere. Llegums, arròs i pasta ecològics e integrals. Carns i aus de proximitat. Peix fresc del Mediterrani i Cantàbric. Pa variat acabat de fer i salses elaborades a la nostra cuina. Formatge Fresc de Can Pere i iogurt de la Fageda.



Voleu veure quins plats tan bons fem per als vostres fills?
 Seguiu-nos a les nostres xarxes socials "La Cuina de Jocs i Taula"



SOPARS OCTURE 2023



CONSELL DIETETIC:

Per a complementar el menú escolar, aquests són els sopars que us proposa la nostra dietista.

				Dv. 1 LLEGUM-AMANIDA PORC FRUITA
Dii. 4 PATATA - VERDURA PEIX FRUITA	Dm. 5 AMANIDA POLLASTRE - MONIATO FRUITA	Dc. 6	Dj. 7	Dv. 8
Dii. 11 SOPA DE BROU CONILL - VERDURA LÀCTIC	Dm. 12 ARRÒS - AMANIDA PEIX FRUITA	Dc. 13 QUINOA - VERDURA POLLASTRE FRUITA	Dj. 14 PATATA - VERDURA VEDELLA FRUITA	Dv. 15 PASTA - AMANIDA OU LÀCTIC
Dii. 18 ARRÒS - VERDURA TRUITA FRUITA	Dm. 19 CREMA DE VERDURES AMANIDA - PORC FRUITA	Dc. 20 PATATA - VERDURA PEIX LÀCTIC		

Les fruites i les verdures del mes, depenent de la producció dels nostres pagesos col·laboradors seran:

POMA, PERA, TARONJA, PINYA, KIWI ••• BLEDES, ESPINACS, MONGETA TENDRA, CARBASSÓ, PEBROT, CARBASSA, ALBERGÍNIA, COGOMBRE, AMANIDES, HERBES CALDO I LLEGUM: TOT ECOLOGIC I DE PROXIMITAT. PLATÀN (de Canàries) ••• PASTA I CEREALS ECOLOGICS I INTEGRALS



Voleu veure quins plats tan bons fem per als vostres fills?
Seguiu-nos a les nostres xarxes socials "La Cuina de Jocs i Taula"