



## SETEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		12	13	14
		Macarrons a la napolitana de tomàquet i alfàbrega amb formatge	Gazpatxo suau amb síndria	Amanida russa de patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, olives i maionesa casolana
		Pit de pollastre a la planxa amb pastanaga ratllada	Llenties guisades amb arròs i xoriço	Hamburguesa de vedella amb enciam
		Fruita del temps	Fruita del temps	logurt d'ovella amb sucre morè
		Què sopem? Menú verd	Què sopem? Menú groc	Què sopem? Menú blau
17	18	19	20	21
Arròs al pesto d'alfàbrega i fruits secs	Mongeta estofada amb verdures	Amanida de pasta amb pernil dolç, pastanaga i mongeta tendra	Cus cus integral amb salsa de verdures	Amanida variada amb fruita
Salsitxes de pollastre amb amanida	Llom a la planxa i pa amb tomàquet	Maires arrebossades amb daus de tomàquet	Truita de patata i carbassó amb enciam	Fricandó de vedella amb patates fregides
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt de vaca amb sucre morè	Fruita del temps
Què sopem? Menú verd	Què sopem? Menú blau	Què sopem? Menú groc	Què sopem? Menú blau	Què sopem? Menú verd
24	25	26	27	28
Arròs integral amb salsa de verdures	Amanida variada	Cigrons amb arròs	Patata amb mongeta tendra	Crema de carbassó amb llavors
Cuixes de pollastre al forn amb llimona i romaní	Fideus amb costella de porc	Ou dur farcit amb maionesa casolana i tonyina amb amanida	Bacallà a la llauna amb amanida de pastanaga i vinagreta de mel	Pizza de verdures, pernil dolç i formatge
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt de maduixes	Fruita del temps
Què sopem? Menú verd	Què sopem? Menú blau	Què sopem? Menú groc	Què sopem? Menú groc	Què sopem? Menú blau

El 100% de les preparacions estan elaborades per les cuineres de l'escola, amb ingredients frescos de proximitat i de temporada. Amb productes ecològics com la vedella, el porc i el iogurt, així com la majoria de cereals, llavors, verdures i fruites. El peix és fresc i de costes de proximitat.

Menús revisats per Maria Parera. Llicenciada en Ciència i Tecnologia dels Aliments

**Menú Verd****Propostes primer plat a escollir:**

- Amanida de temporada amb llavors
- Amanida de patata, mongeta tendra, tomàquet i alfàbrega

**Propostes segon plat a escollir:**

- Ou dur, Truita...
- Croquetes casolanes de pastanaga

**Menú Blau****Propostes primer plat a escollir:**

- Amanida de temporada amb formatge fresc
- Patata i brocoli

**Propostes segon plat a escollir:**

- Sardines arrebossades
- Lluç amb salsa de tomàquet i verdures

**Menú Groc****Propostes primer plat a escollir:**

- Crema tèbia de verdures de temporada
- Verdures de temporada al vapor amb oli d'oliva

**Propostes segon plat a escollir:**

- Pollastre a la cassola
- Hamburguesa de vedella