

DESEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3	4	5	6	7
Patata amb bròcoli	Cigrons estofats amb verdures i bulgur	Llacets amb verdures saltejades i pernil salat		
Botifarra	Hamburguesa de vedella amb ketchup casolà	Sonsos arrebossats amb allioli	FESTA	FESTA
logurt d'ovella amb sucre morè	Fruita del temps	Fruita del temps		
Què sopem? Menú verd	Què sopem? Menú blau	Què sopem? Menú groc		
10	11	12	13	14
Arròs integral amb salsa de verdures	Sopa de pollastre amb galets	Trinxat de patata i col amb cansalada	Crema de verdures i llenties vermelles	Amanida variada amb formatge fresc de Can Bordoï
Llom a la planxa amb amanida	Pilota amb salsa	Ou al plat	Pit de pollastre arrebossat amb daus de tomàquet	Pastís de bonítol amb patata
Fruita del temps	Fruita del temps	logurt de maduixes	Fruita del temps	Fruita del temps
Què sopem? Menú verd	Què sopem? Menú blau	Què sopem? Menú groc	Què sopem? Menú blau	Què sopem? Menú groc
17	18	19	20	21
Llenties estofades amb verdures	Cus cus integral amb salsa de verdures	Amanida variada amb magrana i vinagreta de fruits secs	Patata amb pastanaga, bledes i alls tendres	Sopa de nadal amb galets
Truita de patata amb ceba	Hamburguesa de gall d'indi amb verdures	Pizza de pernil dolç, olives negres, verdures i formatge	Bacallà amb pastanaga ratllada i sèsam	Pollastre rostit
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Torrans i mandarines
Què sopem? Menú verd	Què sopem? Menú blau	Què sopem? Menú groc	Què sopem? Menú verd	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:

Crema de remolatxa i carbassa

Amanida tèbia de llenties, moniato al forn i romaní

Propostes segon plat a escollir:

Coca de verdures amb formatge de cabra

Creps de farina d'espelta farcits amb espinacs i nata de civada

Menú Blau

Propostes primer plat a escollir:

Sopa de peix

Colíflor i bròquil bullit amb beixamel de civada

Propostes segon plat a escollir:

Papillote de peix segon mercat

Bunyols de bacallà

Menú Groc

Propostes primer plat a escollir:

Puré de patata gratinat

Crema de porros

Propostes segon plat a escollir:

Quiche d'espinacs i bolets

Conill a l'allet