

GENER

| Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres |
|---|---|---|--|---|
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | Arròs amb pesto d'espínacs, alfàbrega i fruits secs | Macarrons amb salsa de verdures | Cigrons estofats amb verdures | Trinxat de patata i col |
| | Contra cuixes de pollastre al forn | Bacallà a la llauna | Truita de patates i calçots amb enciams variades i fruits secs | Hamburgueses de vedella amb ket-xup de remolatxa |
| | Fruita del temps | logurt d'ovella amb sucre morè | Fruita del temps | Fruita del temps |
| | Què sopem? Menú blau | Què sopem? Menú groc | Què sopem? Menú blau | Què sopem? Menú verd |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| Cus cus amb salsa de verdures | Patata amb bròquil | Amanida amb magrana i fruits secs | Crema de verdures d'hivern amb pipes torrades | Espaguetis amb salsa d'espínacs i nous amb formatge |
| Llom a la planxa | Llenties estofades amb arròs integral i verdures | Fricandó amb patates fregides casolanes | Ou al plat amb xoriço i arròs | Lluç al forn i pastanaga ratllada amb sèsam i mel |
| logurt de maduixes | Fruita del temps | Fruita del temps | Fruita del temps | Fruita del temps |
| Què sopem? Menú verd | Què sopem? Menú blau | Què sopem? Menú verd | Què sopem? Menú groc | Què sopem? Menú verd |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| Arròs integral amb truita, pastanaga i oli d'herbes | Patata amb coliflor, pastanaga i oli d'alls tendres | Espirals amb verdures saltejades i formatge | Mongeta estofades amb verdures | Sopa amb pasta |
| Botifarra amb amanida | Cuixes de pollastre amb escabetx | Maires arrebossades amb alloli | Truita de patata i moniato i pa amb tomàquet | Pastís de vedella amb patata i verdures |
| Fruita del temps | Plàtan amb xocolata | Fruita del temps | 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 verd |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |
| Patata amb bròquil i coliflor | Crema de carbassa i calçots | Ou dur farcit amb tonyina i maionesa casolana | Cigrons amb arròs i pernil salat | |
| Salsitxes amb amanida | Espirals a la bolonyesa amb formatge | Patates estofades amb porc | Bacallà al forn amb xips de xirivia | |
| 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 verd | Què sopem? Menú groc | |

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
 Crema de verdures d'arrels

Propostes segon plat a escollir:

Hamburguesa de cigrons, mill i verdures
 Truita a la francesa farcida amb formatge i espínacs

Menú Blau

Propostes primer plat a escollir:

Carxofa al forn
 Brou de peix amb romesco

Propostes segon plat a escollir:

Orada al forn amb herbes
 Musclos al vapor amb salsa

Menú Groc

Propostes primer plat a escollir:

Sopa de cigrons, porro i parmesà
 Bledes de colors amb nata de civada

Propostes segon plat a escollir:

Conill a l'allet
 Xai a la planxa