

Escoles Menú GENERAL agost de 2024

		1	2
		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	TREMPÓ AMB CIURONS, OU I TONYINA (3,4)
		RODO DE VEDELLA	ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,2,3,4,7,14)
		AMB SALSAS DE VERDURES I PATATES	ENSALADA TROPICAL (iceberg, mesclum, pinya, melicotó)
		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
		Suggestiment de sopar: Tabulé de cuscús amb ou	Suggestiment de sopar: Pizza casolana

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

5	6	7	8	9
PURÉ DE CARABASSA	ARRÒS AMB VERDURES (albergínia, carabassí, pebre, pastanaga i xampinyons)	SALPICÓ DE MARISC AMB PASTA I TOMÀTIGA CICEROL (gambetes, musclos, calamar) (1,2,3,4,14)	ENSALADA CÉSAR (romana, mesclum, iceberg, blat de les índies, pollastre, parmesà, crostons de pa) (1,7)	CUSCÚS AMB CIURONS I VERDURES (1)
TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3)	LLOM DE LLUÇ AL FORN (4)	POLLASTRE ROSTIT	LASSANYA DE CARN (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,13,14)	LLAMPUGA AL FORN (4)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	MONGETES I PASTANAGA AL VAPOR	ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, ceba, tomàtiga, cogombre, blat de les índies)		AMB PEBRES VERMELLS
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggestiment de sopar: Pasta amb verdures i ciurons	Suggestiment de sopar: Ensalada i ous romputs	Suggestiment de sopar: Gall amb verdures, patata	Suggestiment de sopar: Arròs amb verdures i formatge	Suggestiment de sopar: Pa amb oli

12	13	14	15	16
PURÉ DE VERDURES	PASTA GRATINADA AMB FORMATGE (1,3,7)	ARRÒS AMB LLENTIES I TREMPÓ (1)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,6,7)	HOKI AL FORN (4)	SALSITXES DE PORC (12)		TRUITA DE PATATES I CEBA (3)
ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga cicerol)	BRÒQUIL I COLFLORI	ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga)	Festiu	ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)
IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA
Suggestiment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons	Suggestiment de sopar: Tabulé de cuscús amb ou	Suggestiment de sopar: Ensaladilla i pollastre		Suggestiment de sopar: Fajitas mexicanes

19	20	21	22	23
MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA (1,3)	PURÉ DE CARABASSÍ	ARRÒS 5 DELICIES (pastanaga, pèsols, blat de les índies, gambes, truita, cuixot dolç) (2,3,6)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ENSALADA DE QUINOA (mesclum, pastanaga, tomàtiga cicerol, formatge tendre) (7)
FILET DE LLUÇ AL PEBRE BORD (4)	LLOM D'INDIOT A LA PLANXA	HAMBURGUESA VEGETAL (1,3,7,9)	TRUITA DE CARABASSÍ (3)	AGUIAT DE PILOTES DE POLLASTRE I VEDELLA (1,6,12)
ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, tomàtiga cicerol, pastanaga, olives verdes)	SALSAS DE TOMÀTIGA I ARRÒS	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, ceba, tomàtiga)	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	SALSAS DE VERDURES I PATATES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggestiment de sopar: Bullit de patata, verdures, ou	Suggestiment de sopar: Ensalada de cuscús i ciurons	Suggestiment de sopar: Lluç amb patata i verdures	Suggestiment de sopar: Bacallà amb tumbet suau	Suggestiment de sopar: Quesadillas

26	27	28	29	30
FIDEUÀ A LA CARBONARA (1,3,6,7)	ARRÒS A LA CUBANA (3)	PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (1)	CIURONS AMB VERDURES I ARRÒS	ESPIRALS D'ESTIU (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes, formatge) (1,3,7)
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	MEDALLONS DE LLUÇ A L'ANET (4,7)	ROTI D'INDIOT	TRUITA DE PATATES I CEBA (3)	POLLASTRE ROSTIT
ENSALADA D'ESPINACS (iceberg, espinacs, blat de les índies, olives negres)	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga cicerol)	VERDURES I PATATES	ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga)	CEBA I XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggestiment de sopar: Cuscús, verdures i ciurons	Suggestiment de sopar: Truita de patata i verdures	Suggestiment de sopar: Ensalada de quínoa i salmó	Suggestiment de sopar: Hamburguesa, verdures planxa	Suggestiment de sopar: Pa amb oli