

## MES: NOVEMBRE

Disposen d'un menú gratuït diari a disposició dels pares/mares de fills usuaris del menjador. L'horari del menjador es de 14h a 15,30h. Els divendres no hi ha activitats extraescolars i el Centre tanca les portes a les 15,30h. \*Menú revisat i aprovat per D<sup>a</sup> Miquela Munar Nutricionista i Dietista N<sup>o</sup> Col. IB00107 d'acord amb el document de consens sobre alimentació en els centres educatius de 21/07/10. TF: 637186934

Preu menú dia fixo 5,93€, eventual diari 6,45€, mensual 109,71 €

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			FESTA TOTS SANTS	Crema de pèsols (amb patata)
				Llenguado arrebossat amb ensalada.
				logurt
				Hummus amb pastanaga i pa.
				Pollastre a la planxa amb amanida.
				Fruita
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Pinyonet de brou de carn i verdures	Purè de verdures.	Ensalada variada amb soja, tomàtiga, i ciurons.	Paella mixta amb carn (porc i pollastre), peix i verdures.	Crema de carabassa amb patates i verdures.
Arròs integral amb ou, tonyina i salsa tomàtiga.	Pilotes de carn (porc i vedella) amb patates bullides i verdures.	Macarrons bolonyesa (carn magre i pollastre)		Lluç a la romana amb amanida.
Fruita	Plàtan	Fruita Cítrica	logurt	Fruita
Crema de verdures	Hamburguesa vegetal amb verdures torrades i pa integral.	Fajitas de salmó, enciam, advocat, tomàtiga i formatge.	Cuscús amb verdura saltejada i gall d'indi.	Sopa amb pasta.
Llenguado al vapor amb purè de patata i xampinyons	Fruita	logurt	Fruita	Lluç amb pastanaga i mongetes
Fruita				Fruita
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Vichysoise ( crema de porros) amb crostons.	Sopa de brou de pollastre	Ensalada variada amb col llombarda,soja, blat i olives.	Sopa de brou de carn de magnòlia	Purè de verdures i llegums.
Lluç arrebossat amb ensalada variada	Llom a la mallorquina amb arròs i verdures.	Cuinat de mongetes amb patata i verdures	Truita de patata amb ensalada.	Arròs integral amb carn picada de porc i pollastre amb salsa de tomàtiga
logurt	Fruita del temps	Fruita cítrica 	Plàtan	Fruita cítrica
Truita francesa amb amanida d'arròs	Papillota de salmó amb pastanaga, carbassó i patates al forn.	Crema de verdura i patata	Lluç al vapor amb pastanaga, pasta i coliflor gratinada	Amanida.
Fruita	Fruita	Pollastre rostit amb amanida de tomàtiga.	logurt	Pa amb oli (formatge semi, tonyina)
Fruita		Fruita		Fruita
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Sopa de brou de pollastre amb verdures	Purè de verdures i ciurons	Fideví de brou de peix.	Ciurons trempats amb arròs integral	Ensalada variada amb tomàtiga, olives,etc.
Greixera d'ous amb patates i verdures.	Canalons de carn (pollastre i vedella) amb salsa beixamel.	Lluç en salsa verda amb purè de patates.	Hamburgueses de porc i pollastre amb ensalada.	Espagueti amb tonyina i salsa de tomàtiga.
logurt	Fruita Cítrica	Fruita	Taronja	Plàtan.
Hamburguesa vegetal (ciurons i pastanaga) amb amanida i patates deluxe (anb pell al forn)	Amanida: enciam, cherrys i cuscús.	Amanida variada amb truita de patata i espinacs.	Sopa de lletres.	Purè de pastanaga (amb patata)
Fruita	Llenguado al vapor.	logurt	Pollastre saltejat amb ceba, pastanaga i mongetes.	Truita francesa amb pèsols
Fruita	Fruita		Fruita	Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Crema de carabassa i verdures	Ensalada variada amb ciurons, tomàtiga, soja, llenties, etc	Sopa de brou de pollastre	Ensalada variada.	Fideus amb peix i verdures
Croquetes de pollastre amb ensalada variada	Espaguetis amb salmó i nata.	Lluç al forn amb patates i ceba confitada	Cuinat de llenties.	Truita de patata i espinacs amb ensalada
Fruita	Fruita Cítrica	logurt	Fruita Cítrica	Plàtan
Fajitas de salmó, enciam, alvocat, tomàtiga i formatge.	Crema de verdures.	Sopa de pasta.	Lluç al vapor amb pastanaga, patata i coliflor gratinada.	Fajitas de salmó, enciam, advocat, tomàtiga i formatge.
Fruita	Filet d'orada amb ensalada.	Pollastre rostit amb amanida de tomàtiga.	logurt	Fruita
Fruita	Fruita	Fruita		

**\*Incorporam producte local i de temporada.**