

MENÚ SENSE LLET DE VACA NI SOJA OCTUBRE 2017

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

INSTITUT XXV OLIMPIADA

	Del 2 al 6 d'octubre	Del 9 al 13 d'octubre	Del 16 al 20 d'octubre	Del 23 al 28 d'octubre	Del 30 al 31 d'octubre
DILLUNS	LLENTIES AMB VERDURES SALSITXES DE PORC* amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	SOPA DE BROU D'AU AMB ESTRELLETES TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	ESPIRALS AMB TOMÀQUET PEIX PLANXA amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps	SOPA DE BROU D'AU AMB FIDEUS POLLASTRE AL FORN amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	CUSCÚS AMB VERDURES PEIX PLANXA amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps
DIMARTS	MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES LENGUADINA AL FORN amb puré de patata casolà Pa i fruita del temps	MONGETA VERDA AMB PATATA MANDONGUILLES* A LA JARDINERA Pa i fruita del temps	CREMA DE PASTANAGA LLOM AMB Salsa DE POMA Pa i fruita del temps	PÈSOLS AMB PATATES HAMBURGUESA MIXTA amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps	XIPS DE MONIATO CREMA DE CARBASSA BOTIFARRA* A LA PLANXA amb mongetes seques saltades Pa i castanyes
DIMECRES	TRINXAT DE COL I PATATES POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb carbassó arrebossat Pa i fruita del temps	ARRÒS DE MUNTANYA LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	CIGRONS AMB ESPINACS OUS A LA CATALANA S/LÀCTICS amb pastanaga i cogombre Pa i fruita del temps	ESPAGUETIS AL PESTO BACALLÀ AMB TOMÀQUET amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	
DIJOUS	ARRÒS AMB VERDURES CRESTES DE TONYINA* amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps	FESTIU		ARRÒS AMB TOMÀQUET GALL D'INDI AMB Salsa DE XIRIVIA I PASTANAGA amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	CREMA DE VERDURES ESTOFAT DE VEDELLA AMB VERDURES Pa i fruita del temps
DIVENDRES	VERDURA TRICOLOR TRUITA DE PATATES amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	CREMA DE VERDURES POLLASTRE ROSTIT amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	CREMA DE CARBASSÓ LLUÇ AL FORN amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	ARRÒS A LA MILANESA TRUITA DE PERNIL* amb enciam i olives Pa i fruita del temps	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: les lleties, cigrons, mongetes seques, la pasta i l'arròs.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat

Les carns que oferim són de granges de proximitat

Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda

*****Menú especial per la CASTANYADA

*Tots els ingredients s'ha de comprovar que són S/LLET DE VACA NI SOJA. Els plats especials i els fregits es faran a part.