

SERVEIS DE RESTAURACIO ESCOLAR
SAL
PEBRE
I
GENER 2021
DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES
4

5

6
7

8

Suggeriments Sopar

11

 MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE
(G) (L)

 FILET DE LLUÇ AL FORN
AMB ENCIAM

IOGURT

12

 MONGETA TENDRA
AMB PATATES

 LLOM A LA PLANXA
AMB TOMÀQUET NATURAL

FRUITA

13

 LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURETES

 TRUITA A LA FRANCESA
AMB PASTANAGA I OLIVES
(O)

FRUITA

14

 ARRÓS SALTEJAT AMB
BLAT DE MORO, PASTANAGA
I PÉSOLS

 PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA
AMB ENCIAM

FRUITA

15

 PATATES ESTOFADES
AMB CARN

 PÒRCIONS DE LLUÇ
AMB COGOMBRE
(G) (L)

FRUITA

Suggeriments Sopar

 * Crema de carbassa amb
canyella
* Truita francesa
* Fruita

 * Sopa juliana
* Pa amb tomàquet i formatge
* Fruita

 * Bròquil amb pastanaga
* Peix a la planxa amb orenga
* Fruita

 * Amanida de poma i panses
* Truita de moniato
* Iogurt natural

 * Caldo vegetal
* Llenties amb verdures
* Fruita

18

 FIDEUÀ DE PEIX
(G)

 CROQUETES DE PERNIL
AMB ENCIAM
(G) (L) (O)

IOGURT

19

 PÉSOLS
AMB PATATES

 FILET DE GALL AL FORN
AMB COGOMBRE

FRUITA

20

 COL AMB PATATES
I ALL SALTEJAT

 ANELLES DE CALAMAR
AL FORN AMB PASTANAGA
I ALLI JULIVERT

FRUITA

21

 CIGRONS AMB CEBA
AL CURRI

 TRUITA DE CARBASSÓ
AMB ENCIAM
(O)

FRUITA

22

 BLEDES AMB PATATES
I PASTANAGA

 POLLASTRE A LA TARONJA
AMB TOMÀQUET NATURAL

FRUITA

Suggeriments Sopar

 * Amanida de tomàquet cirerol
* Cigrons saltats amb ceba
* Fruita

 * Sopa de col, nap i pastanaga
* Truita de carbassó
* Fruita

 * Quinoa amb verdures i fruits
secs trinxats
* Fruita i mató

 * Crema de bròquil amb daus de
pa torrat
* Peix a la planxa amb herbes
* Fruita

 * Bròquil al vapor
* Pa amb tomàquet i formatge
* Fruita - Peres cuites amb
vainilla

25

 BRÒQUIL SALTEJAT
AMB ARRÓS

 MANDONGUILLES
BELLA AURORA
(G) (L)

IOGURT

26

 ESPIRALS AMB SALSA
DE TOMÀQUET I TONYINA
(G)

 FILET DE LLENGUADO AL FORN
AMB ENCIAM

FRUITA

27

 COL AMB PATATES I ALL
SALTEJATS

 PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA
AMB TOMÀQUET NATURAL

FRUITA

28

 MONGETES ESTOFADES
AMB VERDURETES

 TRUITA DE TONYINA
AMB COGOMBRE
(O)

FRUITA

29

 ARRÓS A LA MILANESA
(pollastre i formatge)
(L)

 FILET DE LLUÇ AL FORN
AMB XAMPINYONS

FRUITA

Suggeriments Sopar

 * Crema de porro i patata
* Truita de carbassa
* Fruita

 * Cigrons amb verdures
* Fruita i iogurt amb fruits secs

 * Sopa amb fideus integrals
* Crestes de tonyinas amb
amanida
* Fruita

 * Crema de carbassa amb
cúrcuma
* Peix blau petit enfarinat
* Fruita

 * Caldo vegetal
* Hummus i guacamole amb
bastonets de pa integral
* Iogurt natural

ES PODRÀ REPETIR DE TOTS ELS PLATS

(G)=CONTÉ GLÚTEN (L)=CONTÉ LACTOSA (O)= CONTÉ OU

Els plats que continguin glúten o lactosa seran substituïts pels mateixos ingredients sense que continguin dits al·lèrgens