

SERVEIS DE RESTAURACIO ESCOLAR

SAL I PEBRE

OCTUBRE 2019 *sense carn*

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 FIDEUÀ DE PEIX (G) TOMÀQUET AL FORN AMB FORMATGE (L) FRUITA	2 ARRÓS AMB MONGETES SEQUES TRUITA DE CARBASSÓ AMB TOMÀQUET NATURAL FRUITA	3 PÈSOLS AMB PATATES I XAMPINYONS ANELLES DE CALAMAR AMB COGOMBRE FRUITA	4 AMANIDA D'ARRÓS (blat de moro, tomàquet, tonyina) PORcions DE LLUÇ AMB ENCIAM (G) (L) FRUITA
Suggeriments Sopars		*CREMA DE VERDURES *PEIX BLAU AL VAPOR AMB CARBASSÓ *FRUITA	*AMANIDA DE TOMÀQUET AMB PASTANAGA DE MILL *CROQUETES *IOGURT NATURAL	*SOPA AMB FIDEUS INTEGRALS *PEIX AMB HERBES PROVENÇALS *FRUITA	*LLENTIES AMB VERDURES I OU DUR *IOGURT NATURAL AMB FRUITA
	7 MONGETA TENDRA AMB PATATES MANDONGUILLES VEGETALS EN SALSA (G) (L) IOGURT	8 CIGRONS SALTEJATS AMB Ceba AL CURRI OU DUR AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA	9 MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE (G) (L) FILET DE LLENGUADO AL FORN AMB COGOMBRE FRUITA	10 ARRÓS SALTEJAT AMB GALL D'INDI I PÈSOLS TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM FRUITA	11 AMANIDA DE PATATES (blat de moro, tomàquet, tonyina, olives) ANELLES DE CALAMAR AL FORN AMB ENCIAM FRUITA
Suggeriments Sopars	*CREMA DE CARBASSA *SIPIETES *FRUITA	*MONIATO AMB PASTANAGA I PATATES AL FORN AMB HERBES PROVENÇALS *TRUITA *FRUITA	*BRÒQUIL AL VAPOR AMB HUMMUS I BASTONETS DE PASTANAGA *IOGURT AMB FIGUES	*CREPES FARCITS DE VERDURES I *TIRES DE POLLASTRE *FRUITA	*AMANIDA AMB ALVOCAT I TOMÀQUET *SEITONS ENFARINATS *IOGURT NATURAL
	14 ARRÓS AMB SALSA DE TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB PASTANAGA IOGURT	15 LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES TRUITA DE TONYINA AMB TOMÀQUET NATURAL FRUITA	16 BRÒQUIL AMB PATATES MANDONGUILLES VEGETALS AMB ENCIAM FRUITA	17 PÈSOLS SALTEJATS AMB ARRÓS TOMÀQUET AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA	18 AMANIDA RUSSA FILET DE GALL A L'ANDALUSA AMB ENCIAM (G) FRUITA
Suggeriments Sopars	*SOPA DE COL I PASTANAGA A LA PLANXA AMB MONIATO *FRUITA	*CREMA DE CARBASSA *PEIX ENFARINAT *FRUITA	*MONGETA TENDRA AMB DAUETS DE GALL D'INDI *PEIX AL VAPOR *FRUITA	*CREMA DE CARBASSÓ I AMETLLES CRUES *TRUITA DE PATATA *FRUITA	*AMANIDA VERDA AMB REMOLATXA I OLIVES *CIGRONS SALTATS *FORMATGE FRESC
	21 ESPINACS AMB PATATES OUS SALTEJATS AMB ENCIAM IOGURT	22 MONGETES SEQUES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT PATATA AL FORN AMB PASTANAGA FRUITA	23 ESPAGUETIS AMB BEIXAMEL (G) (L) TRUITA D'ALLS TENDRES AMB TOMÀQUET NATURAL FRUITA	24 PAELLA DE PEIX BUNYOLS DE BACALLA AMB ENCIAM (G) (L) FRUITA	25 PATATES ESTOFADES AMB VERDURES LLUÇ AL FORN AMB COGOMBRE FRUITA
Suggeriments Sopars	*CREMA DE CARBASSÓ *TRUITA *FRUITA	*SOPA AMB FIDEUS INTEGRALS *PEIX AL VAPOR AMB CARBASSÓ *FRUITA	*COLI FLOR ESMICOLADA AMB BLAT DE MORO, PASTANAGA, PÈSOLS, PERNIL I BONÍOL *IOGURT NATURAL	*AMANIDA VERDA AMB FIGUES *FILET DE POLLASTRE AMB LLIMONA *IOGURT NATURAL O MATÓ *FRUITA	*CREMA DE CARBASSA AMB DAUETS DE PERNIL *PA AMB TOMÀQUET I TRUITA DE PÈSOLS *FRUITA
	28 CANELONS D'ESPINACS (G) (L) LLENGUADO AL FORN AMB ENCIAM IOGURT	29 ARRÓS SALTEJAT AMB PASTANAGA I TRUITA ANELLES DE CALAMAR AMB TOMÀQUET NATURAL FRUITA	30 BLEDES AMB PATATES HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANXA AMB ENCIAM FRUITA	31 CIGRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET TRUITA A LA FRANCESA AMB XAMPINYONS FRUITA	
Suggeriments Sopars	*CREMA DE VERDURES *TRUITA DE CARBASSA *FRUITA	*MONGETA TENDRA AMB PASTANAGA ENFARINATS *SEITONS *FRUITA	*SOPA DE VERDURES AMB GALETS I LLENTIES *FRUITA	*PA AMB TOMÀQUET AMB FORMATGE I VERDURES A LA PLANXA (PEBROTS, ALBERGÍNIES, CARBASSÓ, PASTANAGA)	

ES PODRA REPETIR DE TOTS ELS PLATS

(G)=CONTE GLUTEN (L)=CONTE LACTOSA