

Escoles Menú SENSE CARN novembre de 2024

1

Festiu

4	5	6	7	8
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, tomàtiga)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	<u>MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)</u>	PURÉ DE CARABASSA (amb porro i carabassa ecològics)	<u>ENSALADA VARIADA</u>
<u>ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA (amb pèsols)</u>	TIRES DE CALAMAR (1,2,3,4,6,7,12,14)	LLAMPUGA AL FORN (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CIURONS I MINESTRA DE VERDURES I ARRÒS
FRUITA DE TEMPORADA	ENSALADA RÚSTICA (iceberg, fulles de roure, pastanaga, olives verdes)	AMB PEBRES VERMELLS I PATATA	ENSALADA CAMPERA (iceberg, romana ecològica, ceba morada, tomàtiga)	FRUITA DE TEMPORADA

11	12	13	14	15
PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (1) (amb porro ecològic)	FIDEUÀ AMB SALSA DE NATA I FORMATGES (1,3,7)	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, romana ecològica, pastanaga)	ARRÒS 5 DELICIES (gamba, truita) (2,3,4,12,14)	<u>ENSALADA VARIADA</u>
<u>CIURONS AMB PATATA</u>	TRUITA A LA FRANCESA (3)	CUINAT DE MONGETES PINTADES AMB COL I PATATA	HOKI AL FORN (Pesca sostenible certificada) (4)	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1,8)
FRUITA DE TEMPORADA	ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, olives negres, orenga, alfabetguera, formatge tendre)	FRUITA ecològica	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga cicerol)	FRUITA DE TEMPORADA

18	19	20	21	22
SOPA DE BROU DE VERDURES AMB FIDEVÍ (1,3,9)	ARRÒS AMB VERDURES (albergínia, carabassi, pastanaga, xampinyons)	PURÉ D'ESPINACS (amb porro ecològic)	ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum, pastanaga, soja) (6)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	FILET DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)	<u>CIURONS TREMPATS AMB PATATA</u>	ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives, ou bullit) (1,3,6)	SALMÓ AL FORN AMB SALSA D'ANET (ceba, nata, anet) (4,7)
FRUITA DE TEMPORADA	ENSALADA GREGA (romana, fulles de roure, olives negres, orenga, formatge tendre) (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	MONGETES TENDRES I XAMPINYONS

25	26	27	28	29
FUSILLI A LA NAPOLITANA (1,3)	CUINAT DE CIURONS I VERDURES (amb carabassa ecològica)	<u>ENSALADA CESAR (mesclum, tomàtiga cicerol, pastanaga, parmesà, crostons de pa) (1,7)</u>	PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (1) (amb porro ecològic)	ARRÒS SEC A LA MARINERA (gambetes, musclos, calamar, pèsols) (2,4,12,14)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	BACALLÀ ARREBOSSAT (1,4)	<u>CIURONS AMB</u>	<u>ROSTIT DE VERDURES</u>	RAP AL FORN (4)
FRUITA DE TEMPORADA	ENSALADA D'ESPINACS (iceberg, espinacs, olives negres, blat de les índies)	<u>SALSA DE TOMÀTIGA I ARRÒS</u>	PATATES ROSTIDES	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, mesclum, ceba morada, pastanaga)

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

Els aliments restringits voluntàriament en aquest menú es substitueixen per altres aliments aptes o s'ofereix un menú de plat principal i entrant