



MENÚ ESCOLAR MARTA MATA-NO CARN

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			01	02
			DIA DE TOTS SANTS	FESTIU
05	06	07	08	09
Crema de verdures variades Ous amb salsa de tomàquet Fruita	Macarrons amb tonyina, ceba i crema de llet Bacallà al forn amb samfaina de tomata, pebrot vermell i albergínia Fruita ECO	Mongeta del ganxet i patata amb un rajolí d'oli d'oliva Bunyols de bacallà amb enciam ECO, escarola Fruita	Patata i col bullida Truitada d'albergínia i ceba amb enciam ECO, escarola i tomàquet Fruita ECO	Arròs integral amb salsa de tomàquet i ceba Salmó al forn amb enciam ECO, escarola i pastanaga logurt ECO
12	13	14	15	16
Arròs amb tonyina Bacallà al forn amb enciam ECO, escarola i tomàquet Fruita	Crema de carabassa, porro, pastanaga, patata i ceba Croquetes de bacallà i patates fregides Fruita ECO	Espaguetis integrals amb tomàquet i ceba Lluç al forn amb enciam ECO, escarola i olives Fruita	Cigrons ECO guisats amb tomata, ceba i Truitada francesa amb tomàquet i pastanaga Fruita ECO	Escudella de galets Verat a la planxa amb amanida d'enciam i olives logurt La Fageda
19	20	21	22	23
Patata i pèsol Ous amb tonyina i salsa de tomàquet Fruita	Arròs integral amb bolets i formatge Verat amb all i julivert i amanida de tomàquet Fruita ECO	Sopa de fideus Truitada de carbassó amb enciam ECO, escarola, tomàquet i tonyina logurt ECO	Patata, bròquil i pastanaga amb un rajolí d'oli d'oliva Bacallà al forn amb ceba i pebrot vermell Fruita ECO	Crema de carbassó, i porros Sípia amb pèsols Fruita
26	27	28	29	30
Estofat de lleties ECO amb tomàquet i ceba Truitada d'espínacs i ceba amb amanida d'enciam ECO, escarola, pastanaga Fruita ECO	Crema de pastanaga, ceba i patata Bacallà al forn amb amanida de tomàquet ECO i olives logurt La Fageda	 Amanida de tomàquet i formatge fresc Espaguetis carbonara sense bacó Fruita	Amanida d'enciam, pastanaga, i tonyina Arròs a la cassola amb sípia, tomàquet i ceba Fruita	Patata pastanaga i mongeta tendra amb oli d'oliva Lluç forn amb amanida d'enciam ECO i tomàquet Fruita ECO

Totes les verdures són **ecològiques**, tallades i manipulades a la cuina de l'escola.

El peix fresc serà blau, sempre que el proveïdor ho pugui subministrar.

Revisat per la dietista Cristina Planella i Farrugia, educació en nutrició, salut i exercici físic.

Servei d'acollida i menjador telf. 685 960 431