



MENÚ ESCOLAR MARTA MATA-sense lactosa

| Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres |
|---|---|---|--|--|
| | 01 | 02 | 03 | 04 |
| | | | | |
| 07 | 08 | 09 | 10 | 11 |
| FESTIU | Crema de carabassa, porro, pastanaga, patata i ceba Truita de tonyina amb tomàquet i pastanaga Fruita ECO | Espaguetis integrals amb carn de vedella, tomàquet i ceba Lluç al forn amb enciam ECO, escarola i olives Fruita | Patata i cigrons ECO Pernils de pollastre amb amanida enciam ECO i tomàquet Fruita ECO | Escudella de galets Carn d'olla amb patata, col i pastanaga amb pilota de vedella, daus de llom i botifarra negra logurt La Fageda s/lactosa |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| Patata i pèsol amb pernil saltejat Pollastre arrebossat a la cuina amb xampinyons amb all i julivert Fruita | Arròs integral amb bolets i formatge Verat amb all i julivert i amanida de tomàquet Fruita ECO | Sopa de fideus Truita de carbassó amb enciam ECO, escarola, tomàquet i tonyina logurt La Fageda s/lactosa Fruita | 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 Mandonguilles amb pèsols Fruita |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| Estofat de lleties ECO amb tomàquet, ceba i pollastre esmicolat Truita d'espínacs i ceba amb amanida d'enciam ECO, escarola, pastanaga Fruita ECO | Crema de pastanaga, ceba i patata Pollastre al planxa amb amanit de tomàquet ECO i olives logurt La Fageda s/lactosa | Espaguetis integrals amb carn de vedella, tomàquet i ceba Calamars a l'andalusa amb enciam i olives Fruita | Amanida d'enciam, pastanaga, i tonyina Arròs a la cassola amb costelló i salsitxes amb tomàquet i ceba Fruita | Patata pastanaga i mongeta tendra amb oli d'oliva Lluç forn amb amanida d'enciam ECO i tomàquet Fruita ECO |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |
| Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb enciam ECO, escarola i olives Fruita | Patata, bròquil i pastanaga amb un rajolí d'oli d'oliva Pit de gall d'indi a la planxa amb pebrot, albergínia i ceba Fruita ECO | Llacets amb ceba, carbassó, xampinyons i pebrot vermell saltejat Bacallà al forn amb enciam ECO i escarola logurt La Fageda s/lactosa | Mongeta del ganxet i patates amb un rajolí d'oli d'oliva Truita de carbassó i ceba amb tomàquet i tonyina 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