





MENÚ ESCOLAR MARTA MATA-sense porc

Dilluns Dimarts Dimecres Dijous Divendres

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	<p>MARÇ MARÇADOR. QUE DE NIT FA FRED I DE DIA CALOR.</p> 			01
				FESTIU
04	05	06	07	08
FESTIU	Estofat de lleties ECO amb tomàquet, ceba i pollastre esmicolat Truita tonyina 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	Espaguetis integrals amb carn de pollastre, tomàquet i ceba Calamars a l'andalusa amb enciam i olives Fruita	Amanida d'enciam, pastanaga, i tonyina Arròs a la cassola amb tomàquet i ceba Fruita
11	12	13	14	15
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 ECO	Mongeta del ganxet i patates amb un rajolí d'oli d'oliva Truita de carbassó i ceba amb tomàquet i tonyina Fruita ECO	Crema de verdures variades Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita
18	19	20	21	22
Espaguetis integrals amb tomàquet i ceba lluç arrebossat a la cuina amb enciam ECO, escarola i olives Fruita ECO	Crema de pastanaga, carbassa i ceba Pollastre a la planxa amb tomàquet i ceba i carxofes Fruita	Estofat de cigrons ECO amb patata Truita francesa amb tomàquet i tonyina Fruita ECO	Mongeta tendra i patates amb un rajolí d'oli d'oliva Pernilets de pollastre al forn amb enciam ECO i pastanaga Fruita	Arròs amb bolets i formatge Bacallà al forn amb rodelles de tomàquet logurt La Fageda
25	26	27	28	29
Crema de verdures variades Pollastre a la planxa amb tomàquet ECO i olives Fruita	Macarrons amb ceba i crema de llet Bacallà al forn amb samfaina de tomata, pebrot vermell i albergínia Fruita ECO	 MARRUECOS Cuscús de verdures Pinxo de pollastre al curry Fruita	Patata i col bullida Truita 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

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