



MENÚ ESCOLAR MARTA MATA-sense carn

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	13	14	15	16	17
DINAR	Amanida completa Fideuà amb sípia logurt ECO	Crema de cigrons amb bastonets de pastanaga Estofat de salsitxes vegetals amb amanida ECO Fruita ECO	Arròs integral amb xampinyons i salsa de tomàquet Truita de carbassó amb amanida ECO Fruita	Crema de porros Amanida de mongeta del ganxet Fruita ECO	Pèsols saltejats amb s/pernil, xaxmipnyons i espàrrecs Bacallà al forn amb amanida ECO Fruita
SOPAR					
	20	21	22	23	24
DINAR	Macarrons integrals amb xampinyons i pebrot saltejat amb salsa de tomàquet Truita de tonyina amb amanida ECO Fruita ECO	Crema de carabassó amb crostons de pa Hamburguesa de llegums amb tomàquet amanit Fruita	Amanida completa Lasanya de verdures logurt La Fageda	Amanida d'arròs Peix fresc al forn amb all i julivert i amanida ECO Fruita ECO	Mongeta tendra i patates amb un rajolí d'oli d'oliva Seità al forn amb amanida ECO Fruita
SOPAR					
	27	28	29	30	
DINAR	Crema de verdures Amanida de lleties Fruita ECO	Patata i col bullida Salmó amb llesques de patata, ceba i tomata al forn Fruita	Llaçets amb tomàquet Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida ECO Fruita ECO	Mongeta del ganxet ECO amb un rajolí d'oli d'oliva Truita d'albergínia i ceba amb amanida ECO Fruita	
SOPAR					

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. El pa serà sempre integral.
Revisat per la dietista Cristina Planella i Farrugia, educació en nutrició, salut i exercici físic.
Servei d'acollida i menjador telf. 685 960 431