



MENÚ ESCOLAR MARTA MATA

	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 Pollastre estofat 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 pernil, xaxmipnyons i espàrrecs Bacallà al forn amb amanida ECO Fruita
SOPAR	Cuscús amb verdures Ou passat per aigua i amanida Fruita	Peix blau al forn amb patata, ceba, pastanaga i carbassó Fruita	Crema de carabassa Brotxeta de gall d'indi amb pa amb tomàquet Fruita	Amanida Truita de patata Fruita	Verdura i patata Peix blanc amb tomàquet amanit Fruita
	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 carn 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 Pernilets de pollastre al forn amb amanida ECO Fruita
SOPAR	Crema de verdures Hamburguesa de vedella amb patates a daus al forn Fruita	Verdures al forn Formatge fresc amb torrada i amanida Fruita	Sopa de pasta Peix blanc amb amanida Fruita	Crema de llegums i verdures Truita de xampinyons Fruita	Tallarines amb verdures, gambes i salmó Fruita
	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 Pit de pollastre 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	Arròs caldós Truita francesa amb amanida Fruita	Moniato al forn conill a la brasa amb tomàquet amanit Fruita	Amanida complerta Peix forn amb patata i ceba Fruita	Crema de verdures Brotxeta de gall d'indi amb pa amb tomàquet Fruita	

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