



MENÚ ESCOLAR MARTA MATA-sense porc



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

| | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres |
|-------|---|---|--|--|--|
| | | | | | 01 |
| DINAR | | | | | Amanida ECO Arròs a la cassola amb s/costelló i salsitxes S/PORC amb tomàquet i ceba Fruita |
| SOPAR | | | | | |
| | 04 | 05 | 06 | 07 | 08 |
| 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 Estofat de mongetes del ganxet ECO Fruita | Pèsols saltejats amb s/pernil i espàrrecs verds Bacallà al forn amb amanida ECO Fruita ECO |
| SOPAR | | | | | |
| | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| DINAR | FESTIU | FESTIU | Macarrons integrals amb ceba, carbassó, xampinyons i pebrot Truita de tonyina amb amanida ECO Fruita ECO | Arròs amb bolets i formatge Peix fresc al forn amb all i julivert i amanida ECO logurt La Fageda | Mongeta tendra i patata amb oli d'oliva Pernilets de pollastre al forn amb amanida ECO Fruita ECO |
| SOPAR | | | | | |
| | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| DINAR | Crema de verdures variades Estofat de lleties ECO Fruita ECO | Patata i col bullida Salmó amb llesques de patata, ceba i tomata al forn Fruita | Sopa de fideus Pit de pollastre a la planxa amb amanida ECO Fruita | Mongeta del ganxet ECO amb un rajolí d'oli Truita d'albergínia i ceba amb amanida ECO Fruita ECO | Arròs integral amb salsa de tomàquet i ceba Bacallà al forn amb amanida ECO logurt ECO |
| SOPAR | | | | | |
| | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| DINAR |  Amanida caprese Macarrons a la bolonyesa S/PORC Gelato | Crema de carabassa i porro Hamburguesa mixta S/PORC amb patates fregides casolanes Fruita ECO | Arròs amb verdures Peix fresc amb verdures al forn Fruita | Cigrons ECO guisats amb tomata i ceba. Truita d'espínacs i amanida ECO Fruita ECO | FESTA ST NARCÍS  |
| 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