




MENÚ ESCOLAR MARTA MATA-sense lactosa

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			01	02	03
DINAR			Sopa de fideus Pit de pollastre a la planxa amb amanida ECO Fruita	Mongeta del ganxet ECO amb un rajolí d'oli d'oliva Truita d'albergínia i ceba amb amanida ECO Fruita ECO	Arròs integral amb salsa de tomàquet i ceba Bacallà al forn amb amanida ECO Iogurt fageda S/LAC
SOPAR					
	06	07	08	09	10
DINAR	FESTIU	FESTIU	FESTIU	Pèsols guisats amb tomata i ceba Truita de xampinyons i amanida EO Fruita	Crema de carabassa i porro S/LAC Hamburguesa mixta S/LAC amb patates fregides casolanes Fruita ECO
SOPAR					
	13	14	15	16	17
DINAR	Estofat de lleties ECO Calamars a l'andalusa amb amanida ECO Fruita ECO	Bròquil i pastanaga amb patata i un rajolí d'oli d'oliva Ous al forn amb salsa de tomàquet de tomata Fruita	Amanida completa ECO Estofat de mongeta del ganxet ECO Iogurt La fageda S/LAC	Espaguetis integral amb tomata Peix fresc amb ceba i pebrot vermell al forn Fruita ECO	Mongeta tendra amb patata bullida Pollastre a la planxa amb xampinyons amb all i julivert Fruita
SOPAR					
	20	21	22	23	24
DINAR	Pèsols saltejats amb xampinyons, ceba i tomata Truita de carxofes amb amanida ECO Fruita ECO	Patata i mongeta verda bullida Hamburguesa de cigrons S/LAC amb amanida ECO Fruita	MENÚ DE NADAL  Sopa de galets Pollastre rostit amb prunes Iogurt La fageda S/LAC	FESTIU	FESTIU
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