

Dominiques Vallirana  
ESO



# Març



dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

		<p><b>1</b> Crema de carbassó amb rostes de pa  Llom de porc al forn amb amanida  Fruita i pa integral</p>	<p><b>2</b> Macarrons integrals a la carbonara amb formatge ratllat Rosada arrebossada amb amanida <i>Peix al forn</i>  logurt ECO i pa integral</p>	<p><b>3</b> Cigrons amb espinacs  Contra cuixa de pollastre al allet amb amanida  Fruita i pa integral</p>
<p><b>6</b> Espirals integrals amb tomàquet i xampis amb formatge ratllat Croquetes casolanes amb amanida <i>Llom de porc al forn</i>  Fruita i pa integral</p>	<p><b>7</b> Tricolor de verdures  Pit de pollastre a la planxa amb amanida <i>Pollastre a/salsa de tomàquet</i>  Fruita i pa integral</p>	<p><b>8</b> Arròs amb verdures  Salsitxes de porc a la planxa amb amanida  Fruita i pa integral</p>	<p><b>9</b> Crema de pastanaga i bròquil amb rostes de pa  Lluç amb samfaina <i>Varetes de lluç amb guarnició</i>  logurt ECO i pa integral</p>	<p><b>10</b> Mongetes blanques estofades  Truita de tonyina amb amanida  Fruita i pa integral</p>
<p><b>13</b> Crema de verdures amb rostes de pa  Estofat de vedella amb verdures <i>Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet</i> Fruita i pa integral</p>	<p><b>14</b> Llenties estofades  Truita francesa amb amanida <i>Truita de formatge</i> Fruita i pa integral</p>	<p><b>15</b> Sopa de brou  Gall de Sant Pere fregit amb oli d'oliva amb amanida  Fruita i pa integral</p>	<p><b>16</b> Arròs amb samfaina  Pernillets de pollastre al forn amb amanida <i>Gall dindi a la planxa</i> logurt ECO i pa integral</p>	<p><b>17</b> Mongetes verdes i patata  Gall d'indi al forn amb amanida  Fruita i pa integral</p>
<p><b>20</b> Minestra de verdures  Fingers de pollastre amb amanida <i>Pollastre a la planxa</i> Fruita i pa integral</p>	<p><b>21</b> Cigrons estofats  Truita de patates i ceba amb amanida <i>Truita de tonyina</i> Fruita i pa integral</p>	<p><b>22</b> Arròs amb tomàquet  Estofat de gall d'indi amb verdures  Fruita i pa integral</p>	<p><b>23</b> Espaguetis integrals a la napolitana amb formatge ratllat Lluç amb salsa verda  <i>Lluç a la marinera</i> logurt ECO i pa integral</p>	<p><b>24</b> <b>Menu a triar per comissió d'infants</b></p>
<p><b>27</b> Sopa de lletres  Truita de carbassó amb amanida <i>Truita francesa</i> Fruita i pa integral</p>	<p><b>28</b> Patates amb espinacs  Llom a la portuguesa <i>Llom de porc al forn amb guarnició</i> Fruita i pa integral</p>	<p><b>29</b> Arròs a la milanesa  Pollastre al forn amb amanida  Fruita i pa integral</p>	<p><b>30</b> Mongetes pintes estofades  Bacallà fregit amb oli d'oliva amb amanida <i>Bacallà al forn</i> logurt ECO i pa integral</p>	<p><b>31</b> Amanida d'enciam i tomàquet  Hamburguesa completa amb formatge i xips  Crema de vainilla</p>

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PRÒXIMITAT.

Les nostres menús estan supervisats per dietistes - nutricionistes col·legiats (Núm. CAT000874 i Núm. CAT001899) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable des de la primera infància. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làcties són productes de granja elaborats amb sistemes de producció ecològica. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSIPAC: 26.06772/CAT RGSEAA: 26.12608/B

\*L'amanida es compona: d'enciam, tomàquet, blat de moro i olives.

