

Menú S/Fruit Secs Escola Montseny

Setembre '18

PEIX FRESC (lluç, bonítol, bacallà, maires, sonso)

LA VERDURA i la **FRUITA** que serveix és ecològica i de proximitat

LA LLEGUM i **ELS CERALS** són ecològics

EI POLLASTRE i **EL IOGURT** són ecològics

L'OLI D'OLIVA és ecològic

Menús elaborats per
Gabor Smit
(nº 0009 ADITEC)

La cuina es reserva el dret a fer canvis per la seva millor organització

Dilluns 10

VACANCES

Dimarts 11

DIADA

Dimecres 12

Macarrons amb tomàquet
Salsitxes de porc al forn amb amanida
Fruita

Dijous 13

Arròs 3 delícies
Pollastre al forn amb ceba i tomàquet
Fruita

Divendres 14

Crema tèbia de carbassó
Peix a l'andalussa amb amanida
Fruita

Dilluns 17

Crema de ceba i pastanaga

Fideus a la cassola amb salsitxes i costelló

Fruita

Dimarts 18

Arròs amb tomàquet

Mongetes saltejades amb all i julivert amb amanida

Fruita

Dimecres 19

Cigrons estofats amb verdures
Trita de ceba i carbassó amb amanida
Fruita

Dijous 20

Trinxat de verdures de temporada
Pollastre rostit amb verdures
Fruita

Divendres 21

Tabulé amb tomàquet, cogombre, ceba tendre i olives
Peix fresc amb amanida
iogurt

Dilluns 24

FESTIU LOCAL

Dimarts 25

Llenties estofades amb tomàquet, ceba i pastanaga
Pastis de mill amb verdures
Fruita

Dimecres 26

Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva
Hamburguesa de vedella amb amanida
iogurt

Dijous 27

Arròs amb verdures
Pollastre al forn amb amanida
Fruita

Divendres 28

Empedrat de mongetes
Peix fresc amb amanida
Fruita