

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

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

**LA LLEGUM I ELS CEREALS** són ecològics

**EL POLLASTRE I EL IOGURT** són de pastura

**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

## Escola Montseny sense fruits secs

Desembre '18

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Trinxat de col i patata amb oli d'all Botifarra al forn amb amanida Fruita	Arròs amb tomàquet Hamburguesa de lleties casolana amb amanida Fruita	Cigrons estofats amb verdures Truita de xampinyons amb amanida Fruita	<b>PONT PURÍSSIMA</b>	<b>DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ</b>
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
Crema de carbassa amb crostonets Estofat de vedella amb verdures Fruita	Cous cous amb verdures Falafel de cigrons amb salsa i amanida Fruita	Mongetes estofades amb verdures Truita de formatge amb amanida Fruita	Arròs integral amb verdures Pollastre al forn amb ceba i poma Fruita	Espaguetis amb tomàquet Peix fresc al forn amb amanida Fruita
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21
Macarrons gratinats Truita de ceba i patata amb amanida Fruita	Crema de verdures d'hivern Lleties estofades amb arròs Fruita	Arròs amb verdures Peix fresc a l'andalussa amb amanida Fruita	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre amb prunes Fruita	Escudella barrejada amb galets Pilota i verdures Torrans s/fruits secs i neules