

Escoles **Menú SENSE PEIX ni MARISC** maig de 2024

1		2		3	
		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES		ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (pebre vermell, xampinyons, carabassí, pastanaga, pèsols)	
		<u>OU BULLIT (3)</u>		PIT DE POLLASTRE AMB CEBA I XAMPINYONS	
		BRÒQUIL I PASTANAGA AL VAPOR		ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga)	
		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)	
		Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita	
6		7		8	
PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA AMB CROSTONS (1)		MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA (1,3)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	
TRUITA DE PATATES I CARABASSÓ (3)		<u>OU BULLIT (3)</u>		RODÓ D'INDIOT AL FORN AMB XAMPINYONS	
ENSALADA GREGA (fulles de roüre, olives negres, orenga, formatge tendre) (7)		ENSALADA PRIMAVERA (lletuga, ceba, tomàtiga, olives i cogombre)		PATATES FREGIDES	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Llenties amb sanfaina de verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i pollastre / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i llom a la planxa / Fruita	
9		10			
<u>ARRÒS 5 DELÍCIES (pèsols, pastanaga, pernil, truita) (3,6,7)</u>		FIDEUÀ A LA CARBONARA (1,3,6,7)			
HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)		<u>POLLASTRE A LA PLANXA</u>			
ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, pastanaga)		PEBRES I SALSA DE TOMÀTIGA			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Crema freda de porros i ciurons amb patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i quiche / Fruita			
13		14		15	
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)		ESPAGUETIS INTEGRALS AMB PEBRES (1,3)		PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA	
FINGERS DE POLLASTRE (1)		<u>OU BULLIT (3)</u>		TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	
ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, olives negres, blat de les índies)		MONGETES I PASTANAGA AL VAPOR		ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Truita de patata i pebres tomats / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada de mongetes blanques / Fruita		Suggeriment de sopar: Llom al fom amb arròs i salsa de porros / Fruita	
16		17			
ARRÒS AMB MINESTRA I CIURONS		SOPA DE BROU DE POLLASTRE AMB FIDEUÀ (1,3)			
CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN		RODÓ DE VEDELLA			
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roüre, pastanaga, poma)		SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga) I ARRÒS			
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)			
Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i truita / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i quesadillas variades / Fruita			
20		21		22	
ESPIRALS AMB SALSA PIZZAIOLA (1,3)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)	
SALSITXES DE PORC (6,7,12)		TRUITA A LA FRANCESA (3)		<u>LLOM A LA PLANXA</u>	
ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, orenga, olives negres, formatge tendre) (7)		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, pastanaga)		AMB PEBRES TORRATS (1R)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)	
Suggeriment de sopar: Arròs amb mongetes pintes a la mexicana / Fruita		Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre / Fruita		Suggeriment de sopar: Ciurons trempats amb patata / Fruita	
23		24			
PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUM		ARRÒS A LA BOLONYESA			
PITRERA DE POLLASTRE AL FORN		<u>OU BULLIT (3)</u>			
PATATES ROSTIDES I SALSA BARBACOA CASOLANA		ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Pastís de carabassó amb salsa i pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i pa amb oli / Fruita			
27		28		29	
PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUM		MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TOMÀTIGA I VERDURES (1,3)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	
LLIBRET D'INDIOT AMB CUIXOT I FORMATGE (1,3,7)		<u>LLOM A LA PLANXA</u>		TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga)		COLIFLOR I BRÒQUIL AL VAPOR		<u>ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)</u>	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb pesto / Fruita		Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i llom a la planxa / Fruita	
30		31			
POLLASTRE AL FORN		<u>PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA, CICEROL, BLAT DE LES ÍNDIES, OLIVES (1,3)</u>			
CEBA, XAMPINYONS I PATATA		<u>OU BULLIT (3)</u>			
FRUITA DE TEMPORADA		ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)			
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Quesadillas variades / Fruita			

Festiu

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos