Menú escola Salarich

SETEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 **VACANCES**	3 **VACANCES**	4 **VACANCES**	5 **VACANCES**	6 **VACANCES**
9 **VACANCES**	10 **VACANCES**	11 **FESTA**	12 Espirals amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Truita de pernil amb guarnició de pastanaga i olives Préssec en almívar	13 Crema de carbassó Hamburguesa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
16 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn i amanida d'enciam i pastanaga Iogurt natural	17 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patata i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	18 Amanida de tomàquet, tonyina i olives Macarrons a la bolonyesa Fruita del temps	19 Crema de pastanaga i patata Llom de porc a la planxa i guarnició de xips Fruita del temps	20 Arròs amb salsa de tomàquet Lluç a la romana i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps
23 Espaguetis integrals a la italiana Truita de formatge i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	24 Puré de verdures Fogoner a la llauna i amanida de tomàquet i formatge fresc Fruita del temps	25 Cigrons saltejats amb picada d'all i julivert Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps	26 Arròs tres delícies Lluç amb salsa verda i amanida d'enciam i germinats Gelat	27 Coliflor amb patata Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita del temps
30 Crema de pastanaga i patata Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i tomàquet Iogurt natural			**Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.**	**Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana.** **Postres làctics de la Fageda.**

ESCOLA
El projecte educatiu que us ofereix la
Solució integral de qualitat

Fundesplai
Fundació Catalana de l'Esplai

Benvinguts al curs 19-20!!

Després d'uns dies de vacances iniciem amb molta il·lusió el nou curs 19-20, des de FUNDESPLAI us volem donar la benvinguda i engrescar-vos a tots a gaudir, i sobretot, participar del temps del migdia a l'escola.

PARTICIPA!

Desglossament dels plats

Tots aquells plats guisats o estofats, es cuinen amb una base de sofregit de ceba, tomàquet, pebrot vermell, pebrot verd, all i oli d'oliva.

Llenties estofades amb hortalisses: llenties , ceba, tomàquet pelat i triturat , pastanaga, pebrot vermell, pebrot verd, all, sal i oli d'oliva.
Cigrons saltejats amb verduretes: cigró, mongeta verda, pebrot verd, pebrot vermell, ceba, tomàquet pelat i triturat , all, sal i oli d'oliva.
Puré de verdures: patata, ceba, pastanaga, mongeta verda, carbassó, sal i oli d'oliva.
Arròs tres delícies: arròs, pernil, ou, pèsol, pastanaga, sal i oli d'oliva.
Pollastre guisat amb hortalisses: pollastre, ceba, pebrot vermell, tomàquet pelat i triturat, pastanaga, llorer, all, sal i oli d'oliva.

Salsa verda: picada d'all i julivert.
A la jardinera: tomàquet pelat i triturat, pastanaga, pèsol, pebrot verd, pebrot vermell, ceba, all, sal i oli d'oliva.
A la llauna: pebre vermell, vinagre de vi negre, sal i oli d'oliva.
A la italiana: salsa de tomàquet casolana, ceba, alfàbrega, orenga, all, sal i oli d'oliva.
A la bolonyesa: carn picada de vedella, carn picada de porc i salsa de tomàquet casolana.
Salsa de pinya: pinya, ceba, all, sal i oli d'oliva.

Proposta sopars
SETEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 VACANCES	3 VACANCES	4 VACANCES	5 VACANCES	6 VACANCES
9 VACANCES	10 VACANCES	11 FESTA	12 Amanida de llenties Bacallà a la planxa amb guarnició d'albergínia Fruita del temps	13 Pèsols saltejats amb allets Truita a la francesa amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps
16 Macarrons a la napolitana Sèpia a la planxa amb guarnició de carbassó al forn Fruita del temps	17 Arròs a les fines herbes Salsitxes de pollastre amb guarnició de pastanaga baby Iogurt natural	18 Hummus de cigrons Conill rostit amb guarnició de tomàquet i cogombre Fruita del temps	19 Cuscús amb verdures Salmó al forn i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	20 Mongetes blanques amb oli Truita d'espinacs amb guarnició d'enciam i olives Fruita del temps
23 Espinacs amb patata Palometa al forn amb guarnició d'espàrrecs verds Fruita del temps	24 Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	25 Patates gratinades Truita de tonyina i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	26 Amanida de llenties Gall d'indi a la planxa i guarnició de pebrot verd Fruita del temps	27 Sopa de brou amb fideus Bacallà a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Iogurt natural
30 Cuscús amb verdures Truita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps				