

Menú escola Jacint Verdaguer

NOVEMBRE 2020 **menú mestres**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTA 2	Pèsols amb patata 3 Truita amb samfaina i guarnició de xampinyons saltejats logurt natural sense sucre ECO	Col amb patata 4 Rap al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	Minestra de verdures 5 Lluç a la planxa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps	Arròs a la cassola 6 Pollastre a la planxa i guarnició d'espàrrecs verds Fruita del temps
Bròquil amb patata 9 Bistec a la planxa i guarnició de pebrot verd Fruita del temps	Arròs amb verdures i curri 10 Salmó al forn amb llimona i guarnició de pastanaga baby logurt natural sense sucre ECO	Mongeta tendra amb patata 11 Bacallà a la llauna i guarnició de ceba confitada Fruita del temps	Coliflor gratinada amb patata 12 Pollastre al forn a les fines herbes i amanida d'enciam i poma Fruita del temps	Espirals al funghi 13 Remenat d'ou amb gambetes i espàrrecs verds i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps
Mongeta tendra amb patata 16 Lluç al forn amb salsa de verdures Fruita del temps	Col amb patata 17 Llom a la planxa i guarnició d'escalivada Fruita del temps	Cigrons a la provençal 18 Palomet a la planxa i guarnició d'albergínia arrebossada Fruita del temps	Verdura tricolor 19 Daus de gall dindi a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temps	Dia dels drets dels infants 20 Pastís de patates a l'estil d'Olot Truita de carbassó i amanida d'enciam i olives Crema de xocolata
Arròs caldós amb bacallà 23 Pollastre rostit i guarnició de ceba Fruita del temps	Bledes amb patata 24 Bacallà a la planxa i amanida d'enciam i poma Fruita del temps	Pèsols amb patata 25 Ous durs amb salsa de tomàquet gratinats logurt natural sense sucre ECO	Ensalada russa 26 Lluç a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	Coliflor amb patata 27 Mandonguilles de vedella amb sípia Fruita del temps
Espaguetis a la napolitana 30 Pollastre al forn amb poma Fruita del temps			Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.