

Menú escola Les Clisques

SETEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 VACANCES	3 VACANCES	4 VACANCES	5 VACANCES	6 VACANCES
9 VACANCES	10 VACANCES	11 FESTA	12 Tallarines ECO amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre amb guarnició de pastanaga i olives Préssec en almívar	13 Crema de pastanaga fresca i patata (patata, pastanaga i ceba) Fogoner a la llauna i guarnició de tomàquet al forn Fruita fresca del temps
16 Llenties ECO estofades amb hortalisses fresques (tomàquet triturat, pastanaga, pebrot verd i vermell, ceba) Gall dindi fresc agredolç (mostassa, salsa de soja i ceba) Fruita fresca del temps	17 Espirals ECO amb verduretes fresques (xampinyó, carbassó, pastanaga i ceba) Salsitxes de porc a la planxa i amanida d'enciam i pipes de gira-sol Gelats	18 Cigrons ECO saltejats amb verduretes (tomàquet triturat, ceba, all i mongeta tendra) Truita de patata i amanida d'enciam i remolatxa Fruita fresca del temps	19 Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn i amanida fresca d'enciam i pastanaga Fruita fresca del temps	20 Arròs a la milanesa (tomàquet triturat, ceba, pèsols, gall dindi i formatge) Bacallà amb salsa de verduretes fresques (ceba, carbassó, pastanaga, llorer i all) Fruita fresca del temps



Menú escola Les Clisques

SETEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
23 Puré de verdures (patata, carbassó, pastanaga, porro i mongeta tendra) Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita fresca del temps	24 Amanida completa amb bacon cruixent i poma (enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, bacon cruixent i poma) Fideuada ECO de peix (tomàquet, ceba, pebrot verd i vermell, all, calamar, musclos i gambetes) logurt natural ECO	25 Mongetes blanques ECO estofades amb hortalisses fresques (tomàquet triturat, pastanaga, pebrot verd i vermell, ceba) Escalopa de vedella i guarnició de carbassó al forn Fruita fresca del temps	26 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa verda (ceba, julivert, all) i amanida de tomàquet i formatge fresc Fruita fresca del temps	27 Ensalada russa (patata, pastanaga, pèsols, mongeta verda, ou, oliva verda, tonyina i maionesa) Pollastre fresc al curri (pollastre, ceba, llet semidesnatada, condiments, fècula de blat de moro, sal i oli d'oliva) i amanida d'enciam i blat de moro Fruita fresca del temps
30 Bròquil fresc amb patata Fricandó de vedella (vedella, ceba, tomàquet triturat, fècula de blat de moro, all i condiments) Fruita fresca del temps				

Pa integral un dia a la setmana.

Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.

Verdures i hortalisses fresques de temporada.

Fruita ecològica o de proximitat a les postres.

Postres làctics de La Selvatana i La Fageda



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 lleties Truita d'albergínia i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	13 Arròs al curri Llom a la planxa amb guarnició de xampinyons Fruita del temps
16 Arròs amb verdures Sèpia a la planxa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps	17 Mongeta tendra amb patata Salmó al forn amb guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps	18 Macarrons a la napolitana Bistec a la planxa i guarnició d'escalivada Fruita del temps	19 Cuscús amb verdures Truita d'espínacs Fruita del temps	20 Hummus de cigrons Conill rostit i amanida d'enciam i pastanaga logurt natural
23 Quinoa amb verdures Palometa al forn i amanida d'enciam i poma Fruita del temps	24 Amanida alemanya de patata Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	25 Sopa de brou amb estrelletes Truita de tonyina i amanida d'enciam i pastanaga logurt natural	26 Pèsols saltejats amb allet Gall dindi a la planxa i guarnició de pebrot verd Fruita del temps	27 Arròs amb xampinyons Bacallà al forn amb salsa de tomàquet Fruita del temps
30 Mongetes blanques saltejades Truita de formatge i amanida d'enciam i olives Fruita del temps				