

Menú escola Les Clisques

OCTUBRE menú no porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	<p>Macarrons ECO a la carbonara (sense bacon) 1</p> <p>Daus de gall dindi frescos amb salsa de poma (poma, ceba, all, pebre negre i oli d'oliva) i amanida d'enciam i germinats</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Crema de pastanaga 2</p> <p>fresca (patata, pastanaga i ceba)</p> <p>Fogoner al forn amb salsa verda (julivert, all i oli d'oliva) i guarnició de patates fregides casolanes</p> <p>logurt natural ECO</p>	<p>Arròs vaporitzat amb bacallà 3</p> <p>(tomàquet, ceba, all, pebrot verd i vermell, mongeta tendra, pastanaga, bacallà, patata, api, nap, porro i xirivía)</p> <p>Pollastre al forn i amanida fresca d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Llenties ECO estofades amb hortalisses fresques (ceba, tomàquet, pebrot vermell i verd i all) 4</p> <p>Truita de tonyina i amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca del temps</p>
<p>Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet 7</p> <p>Bacallà al forn a la launa (pebre vermell, all, mica de vinagre i oli d'oliva) i amanida d'enciam i remolatxa</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Mongeta tendra amb patata 8</p> <p>Gall dindi fresc agredolç (mel, salsa de soja, mostassa i ceba)</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Cigrons ECO saltejats 9</p> <p>amb verdures (cigrons, tomàquet triturat, ceba, pastanaga, pebrot verd i vermell)</p> <p>Truita de patates i espinacs frescos i amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Sopa de brou amb fideus ECO 10</p> <p>(pollastre, vedella, gallina, patata, pastanaga, porro, nap, xirivía, api)</p> <p>Pollastre fresc a l'allada (pollastre, all, pebre negre, llorer, sal i oli d'oliva)</p> <p>i guarnició de xampinyons saltejats</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Trinxat de col fresca i patata 11</p> <p>(patata, col i gall dindi)</p> <p>Lluç a la romana i amanida d'enciam i brots de soja</p> <p>Crema de xocolata</p>
<p>Espirals ECO al funghi (espirals, llet, xampinyons, ceba, formatge ratllat, fècula de blat de moro, pebre negre i oli d'oliva) 14</p> <p>Truita a la francesa i amanida fresca d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Mongetes blanques ECO 15</p> <p>estofades amb hortalisses fresques (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i verd i all)</p> <p>Fogoner al forn amb salsa de tomàquet i amanida fresca d'enciam i col llombarda</p> <p>logurt natural ECO</p>	<p>Bledes fresques amb patata 16</p> <p>Pollastre fresc amb salsa d'ametlla (pollastre, ametlla, ceba, llet, all, fècula de blat de moro i oli d'oliva) i amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Arròs vaporitzat amb verdures 17</p> <p>(ceba, tomàquet, pebrot vermell i verd, mongeta tendra, pastanaga i pèsols)</p> <p>Calamars casolans a l'andalusa i amanida d'enciam i pipes de gira-sol</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Crema de carbassa (patata, carbassa, ceba i porro) 18</p> <p>Mandonguilles fresques de vedella a la jardineria (pastanaga, patata, pèsols, tomàquet, ceba, all, pebrot verd i vermell)</p> <p>Fruita fresca del temps</p>



Menú escola Les Clisques

OCTUBRE menú no porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Patates gratinades 21 (patata, llet, farina de blat, margarina, formatge i nou moscada)</p> <p>Daus de gall d'indi frescos amb verdures (tomàquet triturat, pebrot verd i vermell i ceba)</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>22</p> <p>Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de xampinyons frescos i amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>Crema de cigrons ECO 23 amb verdures fresques (cigrons, ceba, pastanaga, carbassó i patata)</p> <p>Formatge edam arrebossat i amanida fresca d'enciam i pastanaga</p> <p>Crema catalana</p>	<p>24</p> <p>Col fresca amb patata</p> <p>Pollastre fresc al forn amb taronja (pollastre, ceba, taronja, condiment, sal i oli d'oliva) i amanida d'enciam i remolatxa</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>25</p> <p>Tallarines ECO al pesto (formatge, alfàbrega i all)</p> <p>Bacallà al forn i amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita fresca del temps</p>
<p>Llenties ECO estofades 28 amb hortalisses fresques (ceba, tomàquet, pebrot vermell i verd i all)</p> <p>Truita a la francesa i amanida d'enciam i brots de soja</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>29</p> <p>Espinacs frescos amb patata</p> <p>Pollastre fresc rostit (ceba, llozer, pebrot vermell, tomàquet i all) i amanida d'enciam i col llombarda</p> <p>Fruita fresca del temps</p>	<p>30</p> <p>Àpat de la Castanyada</p> <p>Puré de carbassa i pastanaga fresques</p> <p>Botifarra fresca de pollastre amb guarnició de ceba confitada</p> <p>Pastís de xocolata</p>	<p>31</p> <p>FESTA</p>	

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 Nadolc i La Fageda

