

Menú escola Les Clisques

DESEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet Truita de xampinyons i amanida d'enciam i olives Fruita fresca del temps	3 Patates gratinades (patata, llet, farina de blat, margarina, formatge i nou moscada) Daus de gall d'indi frescos amb verdures (tomàquet triturat, pebrot verd i vermell i ceba) Fruita fresca del temps	4 Crema de cigrons amb verdures fresques (cigrons, ceba, pastanaga, carbassó i patata) Carn magra arrebossada i amanida fresca d'enciam i pastanaga Crema catalana	5 Col fresca amb patata Pollastre fresc al forn amb taronja (pollastre, ceba, taronja, condiment, sal i oli d'oliva) i amanida d'enciam i remolatxa Fruita fresca del temps	6 FESTIU
9 Espaguetis a la napolitana (salsa de tomàquet, ceba, all i daus de carbassó) Truita a la francesa i guarnició de pastanaga i olives logurt natural ECO	10 Llenties estofades amb hortalisses fresques (ceba, tomàquet, pebrot vermell i verd i all) Lluç al forn a la llauna (pebre vermell, all, mica de vinagre i oli d'oliva) i amanida d'enciam i blat de moro Fruita fresca del temps	11 Espinacs frescos amb patata Daus frescos de vedella guisats amb bolets (vedella, tomàquet triturat, ceba, pastanaga, all, bolets, sal i oli d'oliva) i amanida d'enciam i col llombarda Fruita fresca del temps	12 Escudella barrejada (fideus i mongetes blanques, cigrons, pollastre, vedella, gallina, patata, pastanaga, api, nap, xirivia i porro) Pollastre fresc al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita fresca del temps	13 Puré de verdures (patata, ceba, mongeta tendra, pastanaga, carbassó, sal i oli d'oliva) Arròs vaporitzat a la cassola (arròs, salsitxa i magre de porc, tomàquet, ceba, all, pebrot verd i vermell, pèsols i pebre) Fruita fresca del temps



Menú escola Les Clisques

DESEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>16</p> <p>Coliflor fresca amb patata Botifarra fresca de porc a la planxa i guarnició de ceba fresca confitada Fruita fresca del temps</p>	<p>17</p> <p>Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet Rap al forn i amanida fresca d'enciam i pastanaga Fruita fresca del temps</p>	<p>18</p> <p>Crema de porro fresc i patata (patata, porro, llet semi i pebre negre) Gall dindi arrebossat i amanida d'enciam i remolatxa Fruita fresca del temps</p>	<p>19</p> <p>Mongetes blanques amb picada d'all i julivert Ous gratinats amb pernil i xampinyons (ou dur, llet semi, farina de blat, margarina, formatge ratllat, nou moscada, pernil, xampinyons i sal) i amanida fresca d'enciam i olives Fruita fresca del temps</p>	<p>20</p> <p>Sopa de galets (pollastre, vedella, gallina, patata, pastanaga, porro, nap, xirivia, api, galets i pilota de vedella) Pollastre fresc de Nadal (pollastre, ceba, tomàquet triturat, pruna, pansa, oli d'oliva, sal, all i pebre) Neules i torrons Refresc de taronja sense gas</p>
<p>23</p> <p>VACANCES</p>	<p>24</p> <p>VACANCES</p>	<p>25</p> <p>VACANCES</p>	<p>26</p> <p>VACANCES</p>	<p>27</p> <p>VACANCES</p>
<p>30</p> <p>VACANCES</p>	<p>31</p> <p>VACANCES</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 i La Fageda



Proposta de sopars

DESEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Mongetes blanques saltejades amb bacon Lluç a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural 2	Bledes amb patata Conill al forn amb allet, ceba i pastanaga Fruita del temps 3	Macarrons a la bolonyesa amb formatge Sèpia a la planxa amb picada d'all i julivert i guarnició de patates xips Fruita del temps 4	Arròs amb xampinyons Trita de samfaina Fruita del temps 5	FESTIU 6
Mongeta tendra amb patata Fogoner al forn amb salsa verda i guarnició de pèsols Fruita del temps 9	Sopa de brou amb "picadillo" i fideus Gall dindi a la planxa i guarnició de pebrot verd fregit Fruita del temps 10	Arròs a la milanesa Calamars a l'andalusa casolans i amanida d'enciam i pastanaga logurt natural 11	Coliflor amb patata Lluç a la planxa i guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps 12	Cigrons saltejats amb ceba i salsa de tomàquet Ous durs farcits de tonyina i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps 13
Crema de llegums Trita de formatge i pernil dolç i amanida d'enciam i olives Fruita del temps 16	Cous cous amb verdures Pollastre al forn i guarnició de tomàquet fregit Fruita del temps 17	Espinacs amb patata Salmó a la planxa i guarnició de verdures al forn logurt natural 18	Espinacs amb patata Bistec a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps 19	Amanida completa amb mandarina, sèsam, poma i nous Lluç al forn amb patata panadera Fruita del temps 20
23 VACANCES	24 VACANCES	25 VACANCES	26 VACANCES	27 VACANCES
30 VACANCES	31 VACANCES		Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.