

ESCOLÀPIES MENÚ OCTUBRE

Menú elaborat amb la col·laboració d'una dietista. Qualsevol dubte o suggerència feu-la arribar al correu electrònic isabelbujia@escolapiemasnou.org

PREPAREM EL MENJAR DE MANERA TRADICIONAL A LA MATEIXA CUINA DE L'ESCOLA

ELS MENÚS ESTAN DISSENYATS PER A COBRIR LES NECESSITATS NUTRICIONALS DELS INFANTS I JOVES

L'ESCOLA PREPARA I ADAPTA ELS DIFERENTS PLATS I MENÚS PER AQUELLS ALUMNES QUE, PER PRESCRIPCIÓ MÈDICA, TENEN ALGUNA INTOLERÀNCIA O AL·LÈRGIA



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 +ESPAGUETIS AL PESTO AMB FORMATGE RATLLAT (OPCIONAL) +BACALLÀ AL FORN AMB VERDURETES +FRUITA DE TEMPORADA
4 +CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONETS DE PA +GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA DE FORMATGE I PATATA AL CALIU +FRUITA DE TEMPORADA	5 +ARRÒS SALTEJAT AMB XAMPINYONS +LLUÇ A LA PLANXA AMB RODANXES DE TOMÀQUET AMANIT +LÀCTIC	6 +SOPA DE PEIX AMB PISTONS +TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA VERDA +FRUITA DE TEMPORADA	7 +CIGRONS ESTOFATS +CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN AMB CARXOFES +FRUITA DE TEMPORADA	8 +COL I PATATA AL VAPOR +LLIBRETS DE LLOM AMB MONGETES SEQUES SALTEJADES +FRUITA DE TEMPORADA
11 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	12 MARE DE DÈU DEL PILAR	13 +MACARRONS ALS QUATRE FORMATGES +PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB PASTANAGA I BLAT DE MORO +LÀCTIC	14 +MONGETA TENDRA AMB PATATA AL VAPOR +MANDONGUILLES AMB SALSA DE TOMÀQUET I FLAMET DE CUSCÚS +FRUITA DE TEMPORADA	15 +ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA I OU DUR +CALAMARS A L'ANDALUSA AMB AMANIDA VERDA +FRUITA DE TEMPORADA
18 +TALLARINES A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT (OPCIONAL) +SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB BROTS VERDS, DAUS DE TOMÀQUET I OLIVES +FRUITA DE TEMPORADA	19 +VERDURA TRICOLOR AL VAPOR +TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMB PA AMB TOMÀQUET +LÀCTIC	20 +AMANIDA DE CUSCÚS +HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB TOMÀQUET A LA PROVENÇAL +FRUITA DE TEMPORADA	21 +CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONETS DE PA TORRAT +LLUÇ A LA PLANXA AMB DAUS DE PATATA +FRUITA DE TEMPORADA	22 +LLENTIES A LA JARDINERA +CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENCIAM, CINTES DE PASTANAGA I BLAT DE MORO +FRUITA DE TEMPORADA
25 +ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA +VARETES DE PEIX AMB CINTES DE PASTANAGA I OLIVES +FRUITA DE TEMPORADA	26 +VICHYSOISE AMB CROSTONETS DE PA TORRAT +POLLASTRE ROSTIT AL FORN AMB TOMÀQUET I CEBA +FRUITA DE TEMPORADA	28 +MONGETA TENDRA I PATATA AL VAPOR +FRICANDÓ DE VEDELLA AMB FLAMET D'ARRÒS +LÀCTIC	29 +SOPA D'AU AMB GALETS +PERCA AL FORN AMB CARBASSÓ ARREBOSSAT +FRUITA DE TEMPORADA	30 +RIGATONE AMB OLI D'ORENGA I FORMATGE RATLLAT (OPCIONAL) +BOTIFARRA A LA PLANXA AMB AMANIDA VERDA +FRUITA DE TEMPORADA