



Els plats contenen:

GLUTEN 

OU 

API 

LLET I DERIVATS 

PROTEÏNA DE VACA 

SULFITS 

LLEGUMS 





PEIX 

FRUITS DE CLOSCA 

Octubre 2018

Escola Cor de Maria



DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
CREMA DE PASTANAGA I CURRI DAUS DE GALL D'INDI ESTOFATS  ARRÒS SALTEJAT FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS   AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PIPES FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ AMB ALL I OLI (opcional) TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	ARROZ CON VERDURAS Y CURRY HINDÚ DE COCO (by Luís) POLLASTRE AMB HERBES AROMÀTIQUES AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i FRUITA DEL TEMPS	PATATES, MONGETA TENDRA I PASTANAGA AMB MAIONESA HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA TOMÀQUET AL FORN IOGURT
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
TALLARINES A L'AMATRICIANA (salsa de tomàquet CASOLANA amb bacó) POLLASTRE AL FORN AMB SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga, tomàquet i mongetes verdes) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE VERDURES (ceba, pebrot vermell i verd, porros, pèsols i mongeta tendra) BACALLÀ GRATINAT AMB ALLIOLI DE POMA (by Marta Benet) PATATA AL CALIU FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES PIT DE GALL D'INDI ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) CARBASSÓ EN TEMPURA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell) TRUITA DE GALL DINDI FUMAT AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I BLAT DE FRUITA DEL TEMPS	FESTIU
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) CROQUETES DE PERNIL JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	PATATES, MONGETA TENDRA I PASTANAGA AMB MAIONESA POLLASTRE EN ESCABETX (ceba, pebre vermell, vinagre, alls i llozer) AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i FRUITA DEL TEMPS	MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell) TRUITA DE GALL DINDI FUMAT XAMPINYONS AMB FARIGOLA I L LIMONA FRUITA DEL TEMPS	MAC & CHEESE (by Pepi Lorente) LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) GALL D'INDI A LES FINES HERBES CUSCÚS IOGURT
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
SOPA D'AU AMB ARRÒS GALL D'INDI MARINAT AL FORN AMANIDA D' ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS AMB SALSA DE CARBASSA, CEBA I PORROS DAUETS DE CAÇÓ EN ADOB SUAU AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS		PATATA. PASTANAGA I BRÒQUIL BULLIT MANDONGUILLES AMB SALSA ARRÒS SALTEJAT IOGURT
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
BROU CASOLÀ AMB PISTONS POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	GUISAT DE CIGRONS AMB VERDURES, COMÍ I FARIGOLA (by Laura) TRUITA DE PATATES AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i FRUITA DEL TEMPS	PATATES, MONGETA TENDRA I PASTANAGA AMB MAIONESA TIRES DE PORC A L'ESTIL GREC AMANIDA AMB VINAGRETA DE MERMELADA FRUITA DEL TEMPS		

Recomanació Sopars

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURETES DAUS DE TONYINA SALTEJATS AMB SALSA DE SOJA FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL GRATINAT AMB FORMATGE LLOM ADOBAT A LA PLANXA IOGURT	GRAELLA DE VERDURES BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ESPÀRRECS AMB ENCIAM I TOMÀQUET AMANIT BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	AMANIDA DE TOMÀQUET I MOZZARELLA TRUITA DE PATATES I CEBA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ORADA A LA SAL FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA CUALLADA	PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL TRUITA D'ALLS TENDRES BROQUETA DE FRUITA VARIADA	CIGRONS ESTOFATS (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) DAUS DE TONYINA SALTEJATS AMB SALSA DE SOJA FRUITA DEL TEMPS	
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
BLEDES SALTEJADES OUS AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS	PASTA INTEGRAL AMB ALBERGINIES I TOMAQUET NATURAL CONILL A L'ALL CREMAT IOGURT	AMANIDA DE TOMÀQUET I TONYINA SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) FRUITA DEL TEMPS	COL-I-FLOR BULLIDA BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	GRAELLA DE VERDURES XAI AL FORN (amb ceba i tomàquet) FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
PASTA AMB PORROS I XAMPINYONS LLUÇ A LA PLANXA IOGURT BEGUT	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) TIRES DE POLLASTRE AL CURRI MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	TRINXAT DE LA CERDANYA (col i patata saltejada amb cansalada) CALAMARS SALTEJATS AMB CEBA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BASMATI AMB VERDURES REMNAT D'OUS AMB ESPÀRRECS FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (crema de porros i patates) PANNINI DE TONYINA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
PARRILLADA DE VERDURES (carbassó, albergínia, ceba, pebrot vermell i verd) AMB POLLASTRE AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB BRÒQUIL DAUS DE TONYINA SALTEJATS AMB SALSA DE SOJA IOGURT	CREMA DE CARBASSÓ (patata i ceba) PINXOS DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS		

Necessitats Alimentàries Especials

- | | | | | |
|------------------------------|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Gall d'indi a la planxa | 18. Pasta sense ou | 35. Llom arrebossat | 52. Vedella a la planxa | 69. Mandonguilles casolanes de peix |
| 2. mongeta tendra amb patata | 19. Salsa napolitana | 36. Llom arrebossat | 53. Lluç a la planxa | 70. Vedella a la planxa |
| 3. Arrebossat sense gluten | 20. Salsa napolitana | 37. Llom arrebossat | 54. Farina s/gluten | 71. Vedella a la planxa |
| 4. Arrebossat sense ou | 21. Salsa napolitana | 38. Llom arrebossat | 55. Gall d'indi a la planxa | 72. Pasta sense gluten |
| 5. Pollastre a la planxa | 22. Pollastre a la planxa | 39. Llom arrebossat | 56. Sense api | 73. Pasta sense ou |
| 6. Fideus sense gluten | 23. Sense pèsols | 40. Llom arrebossat | 57. Cuinat sense vi | 74. Sopa de verdures |
| 7. Pasta s/ou | 24. Sense apio | 41. Llom arrebossat | 58. Sense api | 75. Sense api |
| 8. Fideus amb verdures | 25. Arròs saltejat amb verdures | 42. Sense maionesa | 59. Farina s/gluten | 76. Salsa sense gluten |
| 9. Sense api | 26. farina sense gluten | 43. Sense maionesa | 60. Sense marinar | 77. Pollastre a la planxa |
| 10. Truita vegana | 27. Lactonesa de poma | 44. Pollastre a la planxa | 61. mongeta tendra amb patata | 78. mongeta verda amb patates |
| 11. Truita francesa | 28. Carn a la planxa | 45. Menestra de verdures | 62. Truita vegana | 79. Truita vegana |
| 12. Pollastre a la planxa | 29. Arrebossat s/gluten | 46. Truita vegana | 63. Truita francesa | 80. Sense maionesa |
| 13. Sense maionesa | 30. Arrebossat sense ou | 47. Truita francesa | 64. pasta sense gluten | 81. Sense maionesa |
| 14. Sense maionesa | 31. Menestra de verdures | 48. pasta sense gluten | 65. pasta sense ou | |
| 15. Hamburguesa de peix | 32. Truita vegana | 49. pasta sense ou | 66. Caçó a la planxa | |
| 16. Vedella a la planxa | 33. Truita francesa | 50. galets amb napolitana | 67. Vedella a la planxa | |
| 17. Pasta sense gluten | 34. Croquetes s/gluten | 51. galets amb napolitana | 68. Caçó a la planxa | |

Els alumnes d'Educació Infantil, mengen iogurt de postres tots els dilluns i divendres.

El dia 25 celebrem la Jornada de la Tardor:

"Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT001048)"

1r PLAT: Crema de bolets amb xips de moniato
2n PLAT: Pollastre a la planxa amb oli aromàtic de cibulet
GUARNICIÓ: Bastonets amb carbassa amb formatge
POSTRES: Taronja amb canyella i sucre de canya