



Els plats contenen:

GLUTEN 

OU 

API 

LLET I DERIVATS 

PROTEÏNA DE VACA 

LLEGUMS 

PEIX 

FRUITS DE CLOSCA 

Febrer 2019



Escola Cor de Maria

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
				MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) 1 2 3 4 GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola, vi negre i julivert) AMANIDA DE COL LLOMBARDA, ENCIAM I IOGURT
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
FESTIU	ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET (sofregit casolà)  CROQUETES DE BACALLÀ 5 7 8 6 9 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS (sofregit de ceba,all,pebrot verd i vermell i tomàquet)  TRUITA DE GALL DINDI FUMAT 10 11 AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i IOGURT 12	BROU CASOLÀ AMB GALETS  CAÇÓ AMB PA DE ROMESCO I EMULSIÓ D'AMETLLES I PASTANAGA (by Marta) 13 14 15 16 17 AMANIDA D' ENCIAM,PASTANAGA I OLIVES 18 19 FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (crema de porros i patates)  PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) 20 21 22 JULIANA D' ENCIAM 23 24 25 FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
FIDEUS A LA CASSOLA (xampinions, pèsols i cap de llom) 26 27 28 LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 29 XAMPINYONS AMB FARIGOLA I L LIMONA FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES I MAIONESA 30 BASTONETS DE POLLASTRE AMB "QUICOS" 31 32 33 34 AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	SOPA D'AU AMB ARRÒS  PILOTA CASOLANA EN SALSÀ 35 36 37 38 CUSCÚS FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)  TRUITA A LA FRANCESA 39 40 AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA, TARONJA I API  BACALLÀ A LA GALLEGA (al forn, amb ceba i pebre vermell) 41 42 AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i IOGURT
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
MONGETA TENDRA AMB PATATES BULLIDES I MAIONESA 43 44 CANELONS DE CARN GRATINATS 45 46 48 49 47 50 51 52 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i champinyons)  POLLASTRE EN ESCABETX (ceba, pebre vermell, vinagre, alls i llorer)  AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i FRUITA DEL TEMPS	MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell)  TRUITA DE FORMATGE 53 54 55 56 XAMPINYONS AMB FARIGOLA I L LIMONA FRUITA DEL TEMPS	MAC & CHEESE (by Pepi Lorente)  LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 57 58 59 60 61 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA (patata i ceba)  PIT DE GALL D'INDI ARREBOSSAT ( farina, ou i pa ratllat) 62 63 CUSCÚS IOGURT
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 1
SOPA D'AU AMB ARRÒS  TRUITA DE PERNIL DOLÇ 64 65 PASTANAGA ROSTIDA AMB BALSÀMIC DE FRUITA DEL TEMPS 66	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)  DAUETS DE CAÇÓ EN ADOB SUAU 67 68 69 AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I FRUITA DEL TEMPS	PATATA.PASTANAGA I BRÒQUIL BULLIT  GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola, vi negre i julivert)  AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS AMB SALSÀ DE CARBASSA, CEBÀ I PORROS 70 71 HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA 72 PATATES FREGIDES IOGURT	

## Recomanació Sopars

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
				HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE VERDURES BIQUINI DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
	SOPA D'AU I VERDURES AMB FIDEUS BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA ( patata i ceba) LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	COL-I-FLOR BULLIDA LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) PIT DE GALL D'INDI A LA CREMA DE MOSTASSA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
CARBASSÓ GRATINAT AMB FORMATGE GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola, vi negre i julivert) FRUITA DEL TEMPS	GRAELLADA DE VERDURES TONYINA AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB BRÒQUIL CONILL RUSTIT FRUITA DEL TEMPS	PÈSOLS BULLITS AMB OLI TONYINA AMB SAMFAINA FRUITA DEL TEMPS	SOPA D'AU AMB ARRÒS GALL D'INDI AL CURRI AMB LLIMONA IOGURT
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL-LITZADA SÍPIA A LA PLANXA IOGURT	BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL LLUÇ A LA GALLEGA (al forn, amb ceba i pebre vermell) FRUITA DEL TEMPS	COL-I-FLOR AMB CARBASSA BULLIDES ORADA A L'ESPASA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	GRAELLADA DE VERDURES LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA SALTEJADA AMB PERNIL BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 1
HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE VERDURES SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ESPINACS BULLITS AMB PATATES BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	GRAELLADA DE VERDURES SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	GRAELLADA DE VERDURES LLONZES DE LLOM A LA PLANXA QUALLADA	

## Necessitats Alimentàries Especials

- |                                 |                                  |                                  |                               |                         |
|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|-------------------------|
| 1. Macarrons s/gluten           | 18. pollastre arrebossat         | 35. Sense api                    | 52. Pasta gratinada           | 69. Vedella a la planxa |
| 2. Pasta s/ou i s/formatge      | 19. sense atmelles               | 36. Farina s/gluten              | 53. Menestra de verdures      | 70. pasta sense gluten  |
| 3. Sense formatge               | 20. Sense làctics                | 37. Elaborat sense ou            | 54. Truita vegana             | 71. pasta sense ou      |
| 4. Sense formatge               | 21. Sense làctics                | 38. Peix al forn                 | 55. Truita francesa           | 72. Hamburguesa de peix |
| 5. Croquetes s/gluten           | 22. Pizza sense gluten           | 39. mongeta tendra amb patata    | 56. Truita francesa           |                         |
| 6. Llom arrebossat              | 23. Sense formatge               | 40. Truita vegana                | 57. pasta sense gluten        |                         |
| 7. Peix arrebossat              | 24. Sense formatge               | 41. sense api                    | 58. pasta sense ou            |                         |
| 8. Peix arrebossat              | 25. Pizza de tonyina             | 42. Pollastre a la planxa        | 59. galets amb napolitana     |                         |
| 9. Bacallà arrebossat           | 26. Pasta s/gluten               | 43. Sense maionesa               | 60. galets amb napolitana     |                         |
| 10. Verdura bullida amb patata  | 27. Pasta sense ou               | 44. Sense maionesa               | 61. Vedella a la planxa       |                         |
| 11. Truita vegana               | 28. Sense carn                   | 45. Canelons s/gluten            | 62. Arrebossat s/gluten       |                         |
| 12. Truita francesa             | 29. Vedella a la planxa          | 46. Pasta s/ou i sense formatge  | 63. Arrebossat sense ou       |                         |
| 13. Pasta sense gluten          | 30. Sense maionesa               | 47. Canelons d'espínacs          | 64. Sense api                 |                         |
| 14. Pasta sense ou              | 31. Arrebossat s/gluten          | 48. Pasta amb tomàquet i tonyina | 65. Truita vegana             |                         |
| 15. Sopa de verdures            | 32. Arrebossat s/ou i s/maionesa | 49. Pasta amb tomàquet i tonyina | 66. Truita francesa           |                         |
| 16. Sense api                   | 33. Arrebossat sense "quicos"    | 50. Pasta gratinada              | 67. mongeta tendra amb patata |                         |
| 17. caçó arrebossat amb farinet | 34. Sense maionesa               | 51. Pasta gratinada              | 68. Caçó a la planxa          |                         |

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

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