





octubre 2017

MENÚ ESCOLAR POMPEU FABRA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Enciam, pera i fruits secs Purè patata Botifarra al forn amb ceba Mandarina	3 Enciam, pastanaga i olives Patata i pèsol Lluç arrebossat Meló	4 Enciam, poma i fruits secs Macarrons carbonara Peix al forn logurt natural	5 Enciam, pastanaga i fruits secs Arròs amb tomàquet i formatge Ou dur amb beixamel Pera	6 Tomàquet, olives i blat de moro Verdura: Bròquil, pastanaga i patata Pollastre amb salsa d'ametlles Plàtan
9 Enciam, poma i codonyat Verdura: Mongeta, pastanaga i patata Croquetes de rostit Kiwi	10 Enciam, poma i fruits secs Raviolis amb beixamel Salmó al forn Mandarina	11 Tomàquet, tonyina i olives Crema verdures amb torradetes Bistec amb xampinyons logurt maduixa		
16 Tomàquet, tonyina i olives Patates fregides Salsitxes al forn amb verduretes Gelat	17 Enciam, pastanaga i fruits secs Entremés amb ou dur Arròs cassola Plàtan	18 Enciam, pastanaga i olives Macarrons bolonyesa Bacallà Pinya	19 Enciam, poma i codonyat Verdura: Mongeta, pastanaga i patata Llom amb salsa d'ametlles logurt macedònia	20 Tomàquet, blat de moro i olives Llenties guisades Lluç amb salsa de llimona Poma
23 Enciam, pera i fruits secs Purè patata Vedella guisada Mandarina	24 Enciam, pastanaga i fruits secs Fideuà Raba de calamar Plàtan	25 Tomàquet, blat de moro i olives Cigrons amb cansalada Truita de carbassó Flam	26 Tomàquet, olives i blat de moro Verdura: Bròquil, pastanaga i patata Pollastre arrebossat Pera	27 Enciam, poma i fruits secs Arròs amb tomàquet i formatge Lluç al forn Gelatina
30 Tomàquet, blat de moro i olives Patata i pèsol Hamburguesa Galetes + formatget	31 Enciam, poma i fruits secs Rissoto de xampinyons Bacallà al forn Poma	BENVINGUDA, TARDOR! 		

PROPOSTA DE SOPAR

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Crema de carabassó amb rostes de pa Trutia de patates Iogurt	3 Arròs bullit caldós Filet de gall d'indi a la planxa amb amanida Fruita	4 Patata i mongeta amb oli Hamburguesa de vedella Fruita	5 Sopa de pasta Salmó a la papillote amb verdures Fruita	6 Amandia variada Pizza de tonyina Fruita
9 Arròs amb verdures Llom a la planxa Fruita	10 Escalivada Cuixa de pollastre al forn amb patata a daus Fruita	11 Sopa de pistons Rap a la planxa amb xampinyons Fruita	12 FESTA	13 FESTA
16 Menestra de verdures Lluç al forn Fruita	17 Crema de verdures Truita francesa amb pa amb tomàquet Fruita	18 Patates i pèsols saltejats amb ceba Conill a la planxa Fruita	19 Cus cus amb verdures Sardines al forn Fruita	20 Escalivada Ou ferrat amb pa iogurt
23 Quinoa amb verdures Brotxeta de pollastre Fruita	24 Mongeta i patata amb oli Xai a la planxa Fruita	25 Sopa de verdures i pasta Llenguado a la planxa Fruita	26 Salmó al forn amb timbal d'arròs i verdures Iogurt	27 Crema de pastanaga Truita de patates Fruita
30 Espirals saltejats amb xampinyons i ceba Ou passat per aigua Fruita	31 Ensaladilla calenta amb oli Llonza de porc Fruita			