



MENÚ DEL MES DE GENER 2023



DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
FESTES DE NADAL				
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (ceba, api, porro, carbassó, pebrot)	ARRÒS CALDÓS AMB VERDURETES	PATATA I MONGETA VERDA SALTADA AMB ALL I JULIVERT	ESPAGUETIS AMB ESPINACS A LA NAPOLITANA	CREMA DE CARBASSA I PERA I CROSTONETS DE PA
TRUITA DE PERNIL DOLÇ amb enciam, pastanaga i tomàquet	TIRETES DE LLUÇ AL FORN amb mèsclum d'enciams i nap ratllat	LLOM AL FORN AMB SALSA DE POMA amb amanida d'enciams i pipes de girasol	HAMBURGUESA DE PEIX CASOLANA amb amanida d'enciam i tomàquet	LLÀGRIMES DE POLLASTRE ARREBOSSADES AMB FARINA D'ESPELTA I BLAT i patates fregides
IOGURT NATURAL	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
SOPA DE L'AVIA AMB PASTA FINA INTEGRAL	VERDURA TRES COLORS (mongeta verda, pastanaga, tomàquet i patata)	ARRÒS AMB SALSA BOLONYESA	MONGETES BLANQUES ESTOFADES AMB CARBASSA I BOTIFARRA	FIDEUS A LA CASSOLA AMB COSTELLÓ I VERDURETES
ALETES DE POLLASTRE AL FORN / BROQUETA DE POLLASTRE (<i>Infantil</i>) amb pastanaga i tomàquet	FRICANDÓ DE VEDELLA amb enciam i motllo de quinoa	FILET DE LLUÇ AL FORN amb amanida de d'enciams i sèsam torrat	TRUITA DE PEBROT, PATATA I CEBA amb enciam amanit i xips de moniato	BUNYOLS DE PEIX FETS A LA NOSTRA CUINA amb enciam i olives
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT NATURAL	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURETES	CREMA DE COLIFLOR I BRÓCOLI	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (porro, pebrot, pastanaga)	MACARRONS AMB SALSA FUNGHI	ESCUDELLA AMB FIDEUS
GALLDINDI ROSTIT I PATATA AL CALIU amb enciam i blat de moro	ESCALOPA DE PIT DE POLLASTRE I MOTLLE D'ARRÓS amb enciam amanit	TRUITA DE TONYINA O A LA FRANCESA amb enciam, endívia i olives	FILET DE LLUÇ O BACALLÀ ADOBAT A LES FINES HERBES amb enciam i remolatxa	HAMBURGUESA CASOLANA DE CARN MAGRA DE VEDELLA amb tempura de verdures variades
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT NATURAL	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 30	DILLUNS 31			
VICHISSOISE DE PORRO, CEBA, PASTANAGA I PATATA amb crostonets	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES			
TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA amb amanida d'enciam, pipes i pastanaga ratllada	FILET DE LLUÇ A L'ALLET amb tempura de verdures			
FRUITA DEL TEMPS	IOGURT NATURAL			

- Oferim **aigua i pa d'acompanyament** (*opcional integral*) en tots els àpats que conformen el menú.
- Utilitzem **oli d'oliva verge extra** per cuinar i amanir.
- Fem servir **fruita i verdura de temporada** i de **proximitat**.
- Les **carns** que oferim **són de granges de proximitat**.
- La nostra cuina vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics, sempre que sigui possible.

OFERIM DIFERENTS ACTIVITATS DE LLEURE AL MIGDIA.

Pels nens/-es que hagin de fer un règim especial **disposem de menús alternatius** que atenen a les necessitats dietètiques: dietes eventuais, al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.

Vetllem pels **gustos i la bona nutrició** dels infants sense deixar de banda l'equilibri setmanal del menú.

Un cop al mes, oferirem unes postres d'elaboració casolana.

Menús elaborats segons les directrius del Departament d'Ensenyament (Agència de Salut Pública de Catalunya) i revisats per una dietista. (Per causes alienes a nosaltres, pot haver-hi algun canvi en els menús).