



## MENÚ ESCOLAR LA SALLE CASSÀ

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

08	09	10	11	12
<p>Macarrons amb sofregit i carn picada</p> <p>Peix a la planxa amb amanida d'enciam, olives i blat de moro</p> <p>Fruita</p>	<p>Patata, mongeta, pastanaga i pèsol bullit amb un rajolí d'oli d'oliva</p> <p>Salsitxes amb pebrot i albergínia</p> <p>logurt La Fageda</p>	<p>Sopa de pollastre amb fideus</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs tres delícies</p> <p>Nuggets de pollastre amb amanida d'enciam, pastanaga ratllada i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>Llenties guisades amb sofregit, costelló i salsitxes</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita</p>
15	16	17	18	19
<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Peix al forn amb pastanaga i porro</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de pistons de l'àvia</p> <p>Pernilets de pollastre al forn amb xampinyons</p> <p>Fruita</p>	<p>Cigrons bullits amb un rajolí d'oli d'oliva</p> <p>Calamars a la romana i amanida d'enciam, pastanaga ratllada i olives</p> <p>Flam de vainilla</p>	<p>Patata i mongeta verda amb un rajolí d'oli d'oliva</p> <p>Botifarra al forn amb carabassó</p> <p>Fruita</p>	<p>Rossejat de fideus amb sípia i gambes</p> <p>Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita</p>
22	23	24	25	26
<p>Espaguetis amb bacó i crema de llet</p> <p>Peix a la planxa amb amanida d'enciam, olives i blat de moro</p> <p>Fruita</p>	<p>Patata i mongeta blanca bullida amb un rajolí d'oli d'oliva</p> <p>Pit de pollastre amb pebrot, albergínia i carabassó</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs amb verduretes</p> <p>Peix arrebossat amb amanida d'enciam, pastanaga ratllada i olives</p> <p>logurt La Fageda</p>	<p>Escudella del cuiner</p> <p>Truita de patata i ceba amb daus de tomàquet amanit</p> <p>Fruita</p>	<p>Minestra de verdures</p> <p>Mandonguilles amb sofregit de tomàquet i ceba</p> <p>Fruita</p>
29	30	31		
<p>Arròs amb salsa de tomàquet i ou ratllat</p> <p>Nuggets de pollastre amb amanida de daus de tomàquet amanit</p> <p>Fruita</p>	<p>Macarrons amb sofregit i carn picada</p> <p>Peix al forn amb ceba i pastanaga</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de pastanaga</p> <p>Hamburguesa de vedella amb patates fregides</p> <p>logurt La Fageda</p>		

\*Tot el peix que consta en el menú serà bacallà o lluç.

Revisat per la nutricionista Cristina Planella Farrugia, educació en nutrició, salut i exercici físic.

## PROPOSTA DE SOPAR

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
01	02	03	04	05
FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU
08	09	10	11	12
Crema de carabassa Truita francesa amb pa amb tomàquet fruita	Torrades amb hummus Salmó a la papillote Fruita	Menestra de verdures Bistec de vedella amb tomàquet amanit Fruita	Amanida variada Lluç al forn amb verdures i patates Làctic	Puré de verdures Pizza casolana de pernil i formatge Fruita
15	16	17	18	19
Crema de verdures Truita patates fruita	bròquil amb patata Rap a la planxa Fruita	Sopa d'arròs Pit de gall d'indi a la planxa amb enciam Fruita	Cus cus amb verdures sardines al forn Fruita	Cuixa de pollastre al forn amb parmentier de patata i verdures al gust Làctic
22	23	24	25	26
Menestra Truita francesa amb pa Fruita	Sopa de galets Calamarcets amb all i julivert i torrada Làctic	Pèsols saltejats amb xampinyons Costelles de conill a la brasa fruita	mongeta i patata Llom a la planxa amb verdures Fruita	Arròs bullit caldós Verat arrebossat amb amanida Fruita
29	30	31		
Puré de verdures Truita de pernil i pa amb tomàquet Làctic	Bròquil amb patata Filet de gall d'indi amb enciam i olives Fruita	Escalivada amb torrades Lluç al forn amb patata, ceba i pastanaga Fruita		

Proposta de sopar de la nutricionista Cristina Planella Farrugia, educació en nutrició, salut i exercici físic.