

MENÚ DE NOVEMBRE

CURS 2020-21

VERDURA DE L'ESTACIÓ

TOMÀTIGA,
COGOMBRE,
CARBASSÓ, BLEDA,
PEBRES, ALBERGINA

FRUITA DE L'ESTACIÓ

SÍNDRIA, MELÓ,
ADVOCAT, POMA,
FIGUES, PERA, PINYA,
PLÀTAN, MELICOTÓ,

		PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRES	SOPAR ALTERNATIU
DM	5	Cuinat de lleties amb bleda, pebre vermell, ceba, patata, tomàtiga i pastanaga.	Pastís de carn (1,5)	Fruita	Crema de carabassó amb patata Sardines (4) al papillot o seitons (4) arrebossats
DX	6	Macarrons d'espelta (1) amb salsa de tomàtiga i formatge gratinat (2)	Peix amb picadillo d'all i julivert i amanida d'enciam, tomàtiga, blat de moro i sèsam	Fruita	Truita amb arròs tres delícies
DJ	7	Crema de carabassó, colflori, porro i sèsam (3)	Pollastre al forn amb patates fregides	Fruita	Hamburguesa de quinoa amb pastanaga i ceba i amanida
DV	8	Amanida completa	Fideuà de peix (4)	logurt (2)	Panet calent (1) i amanida
DL	11	Crema de carabassa i crostons (1)	Truita de patata amb amanida d'enciam, formatge tendre, olives, tomàtiga i pastanaga (5)	Fruita	Sopeta d'espelta (1) de fideus Hamburguesa de pollastre i bròquil
DM	12	Sopa d'espelta (1) amb brou de pollastre	Falafel de cigrons amb salsa de iogurt (2) i amanida d'enciam.	Amanida de fruita del temps	Peix a la planxa amb cus cus (1)
DX	13	Patata al forn amb pastanaga i mongetes	Aguiat de pollastre	Fruita	Crema de carabassó, patata i porro Truita (5)
DJ	14	Arròs amb peix (4)	Gall de sant pere amb maionesa de llet (2) i amanida	logurt (2)	Quinoa amb verdures i gambes (4)
DV	15	Lleties amb verdura i patata	Raols de bacallà (1,2) i amanida d'enciam, olives, pastanaga	Fruita	Pizza casolana (1,2) i amanida
DL	18	Sopeta d'espelta (1) amb brou de carn	Bullit de patata, pollastre i verdura amb maionesa de llet (2)	Fruita	Truita de patata (5) i amanida verda
DM	19	Amanida variada d'enciam, pastanaga, alvocat, tonyina (4) i sèsam	Fideuà mixta (1,4)	Fruita	Seitons arrebossats amb amanida i pa amb oli d'espelta (1,4)
DX	20	Crema de porro i crostons (1)	Salmó (4) al forn amb saltejat d'arròs	Fruita	Saltejat d'espinaacs amb panses, pinyons i ou (5)
DJ	21	Cuinat de cigrons amb carabassa, bròquil, patata i col	Croquetes (1,2,5) de bacallà i amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro	logurt (2)	Crema de verdura Rap al papillot amb patata
DV	22	Arròs caldós amb costella	Truita de formatge (5,2) amb amanida d'enciam amb tomàtiga, cogombre i olives	Fruita	Llibret de pollastre, amanida i patates (1)
DL	25	Espaguetis a la carbonara (1,2)	Pastís de peix (1) amb amanida d'enciam i tomàtiga	Fruita	Hamburguesa vegetal amb amanida d'arròs
DM	26	Crema de carabassó i pastanaga amb llavors de sèsam (3)	Bistec de vedella amb patates fregides i amanida d'enciam	Fruita	Remanat d'ou amb pa amb oli d'espelta i tomàtiga trempada (5,1)
DX	27	Lleties estofades amb carabassa, bledes, ceba, pastanaga,	Truita de formatge (2)	logurt (2)	Pollastre amb puré de patata i bròquil
DL	28	Arròs tres delícies (4)	Nuggets casolans amb amanida d'enciam (1), pastanaga, blat de moro	Macedònia de fruita	Lluç arrebossat (1) amb amanida i moniato forn
DL	29	Cuinat de patates	Raols de cigrons amb amanida d'enciam (5)	Fruita	Crepes amb amanida (1,2)
DL	30	Cuinat de cigrons amb carabassa, pastanaga, mongeta i col	Hamburguesa de vadella casolana i puré de patata (2)	Fruita	Saltejat de quinoa amb verdures