

FEBRER 2021- FRUITS SECS

"PEL MES DE FEBRER TREU LA FLOR
L'ATMELLER "



Il·lustració de Sofia, Maya i Mireia de 6C

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
PASTA INTEGRAL AMB TOMÀQUET	BLEDES AMB PATATA	ENCIAM AMB OLIVES NEGRES I TOMÀQUET	ESCUDELLA BARREJADA (PISTONS, CIGRONS ECO, VERDURES)	CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS (S/FS)/SENSE CROSTONS
OUS AMB TOMÀQUET ENCIAM AMB PASTANAGA	POLLASTRE AL FORN AMB PINYA, ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS INTEGRAL ECO FRICANDÓ DE VEDELLA I XAMPINYONS	PEIX FRESC ARREBOSSAT (S/FS)/PLANXA AMB ENCIAM I COGOMBRE	LLENTIES ECO AMB ARRÒS
FRUITA	FRUITA	IOGURT COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
PÈSOLS AMB PATATA	TALLARINES AMB ORENGA I OLI D'OLIVA	ENCIAM AMB TOMÀQUET I COGOMBRE	CREMA DE CARBASSÓ (CARBASSÓ, CEBA, PORRO, PATATA)	FESTA
TRUITA DE PERNIL, ENCIAM I PASTANAGA	FILET DE BRUIXA AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS INTEGRAL ECO AMB COSTELLES I VERDURES	PIT DE POLLASTRE AL FORN AMB SANFAINA (TOMÀQUET, CEBA, PORRO, PEBROT VERMELL I VERD, CARBASSÓ I ALBERGÍNIA) FLAM O IOGURT	
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
LLENTIES ECO AMB VERDURES (CEBA, PORRO, PATATA, PASTANAGA I TOMÀQUET SOFREGIT)	ARRÒS INTEGRAL ECO AMB VERDURES (PEBROT VERD I VERMELL, MONGETA TENDRA I CARBASSÓ)	ENCIAM AMB PASTANAGA	SOPA DE PEIX AMB PASTA	COL I FLOR AMB BEIXAMEL I PATATA
TRUITA DE PATATES	SALMÓ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	CUS CÚS AMB VERDURES I ESTOFAT DE GALL D'INDI	POLLASTRE A L'ALLET AMB PATATES FREGIDES	HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA	FRUITA	IOGURT COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
SOPA D'ARRÒS	MONGETES AMB PATATES	AMANIDA GREGA (BARREJA DE TOMÀQUET CHERRYS, OLIVES NEGRES I FORMATGE)	CIGRONS ECO ESTOFATS (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	CREMA DE VERDURES
LLUÇ AL FORN, ENCIAM I TOMÀQUET	LLOM AL FORN AMB SALS DE POMA, ENCIAM I PASTANAGA	PAELLA MIXTA (SÈPIA, CALAMAR, GAMBA, MUSCLOS, COSTELLA DE PORC)	TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA	TALLARINES AMB SALS BOLONYESA VEGETAL (S/FS)/ TOMÀQUET I POLLASTRE
FRUITA	FRUITA	IOGURT COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA

Fruita d'hivern: poma, pera, kaki, mandarina, taronja
PA INTEGRAL

Berenars: entrepà, pa amb xocolata, iogurt natural amb tortites d'arròs o fruita. Aquests berenars es serveixen de manera rotatòria. Diàriament disposen d'un bol de fruita variada i pa.

Menú revisat per Marina Perugini. Llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments Màster en dietètica i nutrició humana.
LA VOSTRA CUINA S.L. Reg. San: 26.12437/B. Av. Egara, 50 08192. SANT QUIRZE DEL VALLE'S www.vostracuina.com

*ARREBOSSAT PEL CUINER SENSE GLUTEN, LACTOSA NI OU