

## MENÚ MARÇ 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

ESCOLA LA CABANYETA

	De l'1 al 2 de març	Del 5 al 9 de març	Del 12 al 16 de març	Del 19 al 23 de març	Del 26 al 30 de març
DILLUNS		ESPAGUETIS AL PESTO CALAMARS A LA ROMANA Amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA DE PERNIL amb enciam i olives Pa i fruita del temps	MACARRONS A LA NAPOLITANA TRUITA FRANCESA amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	SETMANA SANTA
DIMARTS		LLENTIES ESTOFADES PIT DE POLLASTRE GUISAT amb salsa de tomàquet Pa i fruita del temps	CREMA DE PASTANAGA BACALLÀ A L'ALLET amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	BRÒQUIL AMB PATATES POLLASTRE AL FORN amb ceba i pastanaga al forn Pa i fruita del temps	SETMANA SANTA
DIMECRES		ARRÒS AMB VERDURES LLUÇ AL FORN amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	MONGETA BLANCA ESTOFADA LLOM AMB SALSITA POMA amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	CIGRONS AMB PERNIL HAMBURGUESA DE PORC amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	SETMANA SANTA
DIJOUS	CIGRONS AMB VERDURES TRUITA DE CARBASSÓ Amb enciam i olives Pa i fruita del temps	MONGETA VERDA AMB PATATA TRUITA DE FORMATGE amb carbassó arrebossat Pa i fruita del temps	CREMA DE VERDURES POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb xampinyons Pa i fruita del temps	ARRÒS A LA MARINERA CRESTES DE TONYINA amb enciam i olives Pa i fruita del temps	SETMANA SANTA
DIVENDRES	COLIFLOR AMB PATATA SALSITXES DE PORC amb enciam i olives Pa i iogurt	SOPA DE PASTA GALL D'INDI A LA LLIMONA amb enciam i blat de moro Pa i iogurt	FIDEUS ALA CASSOLA SALSITXES D'AU amb enciam i pastanaga Pa i iogurt	CREMA DE CARBASSÓ GALL D'INDI GUISAT AMB SALSITA DE VERDURES Pa i iogurt	SETMANA SANTA

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, lleties i mongetes seques, arròs, pasta.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat

Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda

Les carns que oferim són de granges de proximitat

Segueix-nos a les xarxes socials  
Descobreix cada mes el consell nutricional a [blog.teno.cat](http://blog.teno.cat)



## MENÚ ABRIL 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/000651

ESCOLA LA CABANYETA



	Del 2 al 6 d'abril	Del 9 al 13 d'abril	Del 16 al 20 d'abril	Del 23 al 27 d'abril	30 d'abril
<b>DILLUNS</b>	<b>FESTIU</b>	ESPIRALS AMB TOMÀQUET  CRESTES DE TONYINA amb enciam i pastanaga  Pa i fruita del temps	MACARRONS BOLONYESA  CROQUETES DE PERNIL amb enciam i blat de moro  Pa i fruita del temps	ARRÒS A LA NAPOLITANA  TRUITA A LA FRANCESA amb pastanaga i olives  Pa i natilles	<b>FESTIU</b>
<b>DIMARTS</b>	ARRÒS AMB TOMÀQUET  CROQUETES VEGETALS amb enciam i blat de moro  Pa i crema de xocolata	SOPA DE PASTA  BACALLÀ AMB SAMFAINA  Pa i fruita del temps	MONGETA VERDA AMB PATATA  LLUÇ AL FORN amb llit de ceba  Pa i fruita del temps	SOPA DE PASTA  LLOM AL FORN AMB SALSA DE VERDURES  Pa i fruita del temps	
<b>DIMECRES</b>	ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA  MANDONGUILLES MIXTES a la jardinera  Pa i fruita del temps	CREMA DE CARBASSÓ  POLLASTRE GUISAT Amb ceba i patata  Pa i fruita del temps	ARRÒS MARINER  TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i olives  Pa i fruita del temps	CIGRONS AMB VERDURES  BACALLÀ A LA LLAUNA  Pa i fruita del temps	
<b>DIJOUS</b>	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES  GALL DINDI GUISAT amb ceba i xampinyons  Pa i fruita del temps	MONGETA SECA SALTEJADA  BOTIFARRA A LA PLANXA Amb enciam i blat de moro  Pa i fruita del temps	AMANIDA DE LLENTIES  HAMBURGUESA DE POLLASTRE amb xips <b>TASTET DEL MES: Hummus</b>  Pa i fruita del temps	CREMA DE VERDURES  HAMBURGUESA DE VEDELLA amb enciam i blat de moro  Pa i fruita del temps	
<b>DIVENDRES</b>	AMANIDA DE PATATA  BACALLÀ AL FORN amb tomàquet amanit  Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB VERDURES  TRUITA DE PATATES amb enciam i pastanaga  Pa i iogurt	CREMA DE PASTANAGA  CALAMARS ARREBOSSATS amb enciam i tomàquet  Pa i iogurt	AMANIDA DE LLACETS  NUGGETS DE POLLASTRE amb enciam i olives  Pa i iogurt	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, lletnies i mongetes seques, arròs, pasta.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat

Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda

Les carns que oferim són de granges de proximitat

\*TASTET DEL MES: Hummus

Segueix-nos a les xarxes socials  
Descobreix cada mes el consell nutricional a [blog.teno.cat](http://blog.teno.cat)

