

MENÚ MAIG 2018

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

ESCOLA LA CABANYETA

	Del 1 al 4 de maig	Del 7 al 11 de maig	Del 14 al 18 de maig	Del 21 al 25 de maig	Del 28 al 31 de maig
DILLUNS		<p>ESPAGUETIS A LA CARBONARA</p> <p>CROQUETES VEGETALS amb tomàquet amanit</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i peix blanc</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES</p> <p>CALAMARS ARREBOSATS amb tomàquet i olives</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i llegum</p>	<p>FESTIU</p>	<p>ARRÒS MILANESA</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA amb cogombre i pastanaga</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i carn blanca</p>
DIMARTS	<p>FESTIU</p>	<p>CREMA DE CARBASSA</p> <p>MANDONGUILLES MIXTES a la jardinera</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i llegum</p>	<p>ENSALADILLA RUSA</p> <p>POLLASTRE AL FORN amb xampinyons</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i ou</p>	<p>CREMA DE VERDURES</p> <p>HAMBURGUESA DE COLIFLOR I FORMATGE amb enciam i pastanaga</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: arròs i peix blanc</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA</p> <p>POLLASTRE GUISAT amb ceba, tomàquet i all</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: arròs i peix blanc</p>
DIMECRES	<p>ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES</p> <p>TRUITA DE TONYINA amb enciam i olives</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i carn blanca</p>	<p>AMANIDA D'ARRÒS</p> <p>TRUITA DE FORMATGE amb enciam i olives</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i carn blanca</p>	<p>FIDEUS A LA CASSOLA</p> <p>LLENGUADINA AL FORN Amb ceba i pastanaga</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i carn blanca</p>	<p>ARRÒS MARINER</p> <p>TRUITA DE XAMPINYONS amb enciam i olives</p> <p>Pa i macedònia de fruita fresca</p> <p>Sopar: verdura i llegum</p>	<p>BRÒQUIL AMB PATATA</p> <p>BACALLA AMB SALSA VERDA</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i llegum</p>
DIJOUS	<p>AMANIDA DE PATATA</p> <p>LLENGUADINA AL FORN amb carbassó</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i ou</p>	<p>PESOLS SALTATS AMB PERNIL</p> <p>LLUÇ AL FORN amb ceba i pastanaga</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i ou</p>	<p>LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS</p> <p>TRUITA DE PATATES amb enciam i pastanaga</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i peix blau</p>	<p>MONGETA TENDRA AMB PATATA</p> <p>LLUÇ ARREBOSAT amb enciam i pastanaga</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i carn blanca</p>	<p>SOPA DE PASTA</p> <p>LLOM ARREBOSSAT amb tomàquet i pastanaga</p> <p>Pa i fruita del temps</p> <p>Sopar: verdura i ou</p>
DIVENDRES	<p>VICHYSOISE</p> <p>HAMBURGUESA D'AU amb cogombre i pastanaga</p> <p>Pa i iogurt</p> <p>Sopar: arròs i llegum</p>	<p>SOPA DE PASTA</p> <p>GALL D'INDI A LA LLIMONA amb cogombre i pastanaga</p> <p>Pa i natilles</p> <p>Sopar: pasta i peix blanc</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>ESTOFAT DE VEDELLA amb daus de patata</p> <p>Pa i iogurt</p> <p>Sopar: pasta i peix blanc</p>	<p>EMPEDRAT DE CIGRONS</p> <p>SALSITXES D'AU Amb cogombre i blat de moro</p> <p>Pa i natilles</p> <p>Sopar: verdura i peix blanc</p>	

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



MENÚ a partir de 18 mesos JUNY 2018

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

ESCOLA BRESSOL LA CABANYETA

	1 de Juny	Del 4 al 8 de Juny	Del 11 al 15 de Juny	Del 18 al 22 de Juny	Del 25 al 29 de Juny
DILLUNS		ARRÒS AMB BOLETS BUNYOLS DE BACALLÀ Amb tomàquet provençal Pa i fruita del temps	ESPIRALS AL PESTO HAMBURGUESA VEGETAL DE COLIFLOR I FORMATGE amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET TRUITA DE FORMATGE Amb enciam i olives Pa i fruita del temps	FESTIU
DIMARTS		CREMA DE VERDURES LLOM AL FORN AMB BEIXAMEL DE COLIFLOR GRATINAT Pa i fruita del temps	MONGETES SEQUES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i olives Pa i fruita del temps	AMANIDA DE LLENTIES SALSITXES D'AU amb verduretes Pa i fruita del temps	SOPA D'ESTRELLETES TRUITA DE PERNIL amb cogombre i pastanaga ratllada Pa i fruita del temps
DIMECRES		MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES TRUITA DE TONYINA Amb cogombre i blat de moro Pa i fruita del temps	CREMA DE PASTANAGA VEDELLA ESTOFADA Amb daus de patates Pa i fruita del temps	SOPA DE PASTA POLLASTRE AL FORN amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	CIGRONS SALTATS AMB PERNIL CROQUETES DE POLLASTRE amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps
DIJOUS		CIGRONS SALTATS AMB PERNIL POLLASTRE ROSTIT AMB ALL I JULIVERT Amb pastanaga ratllada Pa i fruita del temps	ARRÒS A LA NAPOLITANA LLENGUADINA AL FORN Amb pastanaga ratllada *Tastet: Xarrup de gaspatxo de síndria Pa i fruita del temps	MONGETA TENDRA SALTEJADA AMB PERNIL SEITONS ARREBOSSATS Amb pastanaga ratllada Pa i fruita del temps	CREMA DE CARBASSÓ HAMBURGUESA DE VEDELLA enciam i cogombre Pa i macedònia de fruites del temps
DIVENDRES	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES BOTIFARRA AL FORN amb enciam i tomàquet Pa i iogurt	ENSALADILLA RUSSA MANDONGUILLES DE VEDELLA amb enciam i olives Pa i iogurt	MONGETA VERDA AMB PATATA NUGGETS DE POLLASTRE Amb enciam i cogombre Pa i iogurt	ARRÒS TRES DELICIES GALL D'INDI A LA LLIMONA amb enciam i tomàquet Pa i iogurt	ARRÒS AMB VERDURES BACALLÀ AL FORN amb tomàquet amanit Pa i iogurt

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, llenties 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:** Xarrup de gaspatxo de síndria

Segueix-nos a les xarxes socials

Descobreix cada mes el consell nutricional a blog.teno.cat

