



**MENÚ RÈGIM I CONTROL COLESTEROL - FEBRER 2017**

**ESCOLA RIUS I TAULET**

		DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		Cigrons eco amb brou de pollastre, col i patates	Patates bullides amb pèsols i pastanagues	Sopa de peix amb meravella
		Truita a la francesa amb enciam i tomàquet amanit	Pollastre rostit al forn i enciam amb remolatxa	Gall dindi bullit amb pèsols, patates i pastanagues, i enciam amb olives
		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
Macarrons amb tomàquet	Mongeta tendra amb patates i pastanaga i rajolí d'oli d'oliva	Brou de pollastre amb pistons	Crema de verdures	Llenties eco bullides amb verduretes
Truita amb espinacs i enciam amb pastanaga	Broqueta de gall dindi a la planxa i enciam amb tomàquet amanit	Pollastre al forn amb xampinyons saltejats	Paella amb verdures i marisc	Llenguadina al forn amb pebre vermell i oli d'all, i enciam amb pastanaga
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
Puré de verdures de temporada	Espaguettis saltejats amb verduretes	Arròs saltejat amb verduretes	Mongetes eco bullides amb patates i espinacs	Brou de verdures i llegums amb galets
Bistec de vedella amb verdures a la planxa	Filet de rosada al forn amb verduretes i enciam amb pastanaga	Gall dindi al forn amb fines herbes i enciam amb tomàquet amanit	Pit de pollastre a la planxa i enciam amb olives laminades	Patates, pilota i cigrons
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
Arròs amb tomàquet	Llenties eco bullides amb arròs	Espirals de colors amb tonyina i oli d'orènga	Trinxat de col amb patates i oli d'all	Menestra de verdures
Lluç al forn amb patates dau	Truita amb patates i enciam amb tomàquet amanit	Llenguadina al forn amb enciam i cogombre	Bistec de vedella a la planxa i enciam amb remolatxa	Pernilets de pollastre rostits amb ceba i pastanaga
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 27	DIMARTS 28			
<p><b>Dilluns festa!!!</b></p>	Crema de carbassa i pastanaga			
	Gall dindi al forn amb patates panaderes			
	Fruita del temps			

El/la responsable del menjador diposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presenten al·lèrgies