




MENÚ SENSE LACTOSA - NOVEMBRE 2018

ESCOLA RIUS I TAULET

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			 PONT	
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Arròs amb xampinyons	Mongeta tendra amb patata i raig d'oli d'oliva	Brou de pollastre amb pistons	Macarrons amb tomàquet, tonyina i olives	Mongetes estofades amb verdures
Nuggets de pollastre amb enciam i olives	Lluç al forn amb salsa de tomàquet	Pernilets de pollastre amb enciam i remolatxa	Truita amb pernil dolç amb enciam i blat de moro	Llom a la planxa amb patates xips
Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Espirals a la napolitana	Crema de carbassó amb crostons de pa torrat	Arròs a la cassola amb salsitxes de pollastre	Cigrons estofats amb patates	Minestra de verdures amb raig d'oli d'oliva
Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet	Peix fresc amb samfaina	Llom adobat a la planxa amb enciam i remolatxa	Estofat de vedella a la jardinera
Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Llenties estofades amb arròs	Macarrons a la napolitana i formatge ratllat	Bròquil amb patata i oli d'oliva	Arròs amb tomàquet	Crema de carbassa
Lluç al forn amb enciam i olives	Truita de carbassó amb enciam i pastanaga	Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet	Pollastre a la planxa amb salsa de poma	Calamars a la romana amb enciam i blat de moro
Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Fideus a la cassola	Mongeta tendra amb patata i raig d'oli d'oliva	Sopa de peix	Espaguetis a la bolonyesa	Patates estofades amb verdures
Llom a la planxa amb enciam i remolatxa	Bacallà al forn amb salsa de tomàquet	Truita paisana amb pastanaga ratllada	Pernilets de pollastre a la llimona amb carbassó al forn	Lluç arrebossat amb enciam i olives
Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps
Menús revisats per dietista-nutricionista col·legiada n° CAT1381. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presenten al·lèrgies.				