



MENÚ SENSE OU / PROTEÏNA DE LA LLET DE VACA - 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 a la carbonara

Mongetes estofades amb verdures

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives

Lluç al forn amb salsa de tomàquet

Pernilets de pollastre amb enciam i remolatxa

Bacallà al forn amb enciam i blat de moro

Llom a la planxa amb patates xips

Fruita del temps

Fruita del temps

Iogurt amb fruita

Fruita del temps

Fruita del temps

DILLUNS 12

DIMARTS 13

DIMECRES 14

DIJOUS 15

DIVENDRES 16

Espirals a la napolitana i formatge ratllat

Crema de carbassó amb crostons de pa torrat

Arròs a la cassola amb salsitxes de pollastre

Cigrons estofats amb patates

Menestra de verdures amb raig d'oli verge

Calamars al forn amb enciam i pastanaga

Pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet

Peix fresc amb samfaina

Llom adobat a la planxa amb enciam i remolatxa

Hamburguesa de pollastre amb ceba caramel·litzada

Fruita del temps

Fruita del temps

Iogurt amb fruita

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 patates i oli d'oliva

Arròs amb tomàquet

Crema de carbassa amb formatget

Lluç al forn amb enciam i olives

Llom al forn amb all i julivert amb enciam i pastanaga

Salsitxes 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 amb fruita

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 verdurettes

Llom a la planxa amb enciam i remolatxa

Bacallà al forn amb salsa de tomàquet

Gall d'indi a les fines herbes 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 amb fruita

Fruita del temps

Fruita del temps

Menús revisats per dietista-nutricionista col·legiada nº CAT1381. 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.