

MENÚ DEL MES

Margalida Oliver

CEIP Joan Veny i Clar / CEIP Nou de Campos

Tel: 630636456

OCTUBRE				Sense Gluten
1	2	3	4	5
-Puré de verdures -Aguiat de pilotes. -Poma	-Fideus de brou de peix amb sípia -Truita de tonyina amb ensalada de tomàtiga. -Iogurt	-Arròs blanc integral amb salsa de tomàtiga -Filet de lluç amb patates al forn i ensalada. -Pera	-Cuinat de ciurons amb verdures -Pitrera al forn i ensalada. -Meló	-Sopa de carn -Salmó i verdures al forn amb patates. -Plàtan
8	9	10	11	12
-Arròs de brou de peix amb gambes -Lluç arrebossat amb verdures. -Plàtan	-Cuinat de lleties amb verdures -Escalop de pollastre i ensalada. -Poma	-Sopa de brou de pollastre amb verdures -Truita de pernil i ensalada. -Taronja tallada.	-Macarrons de tonyina amb tomàtiga -Lluç al forn amb patates i verdures. -Pera	FESTIU
15	16	17	18	19
-Cuinat de ciurons amb verdures -Pizza de pernil dolç i formatge -Poma	-Arròs de peix -Pollastre al forn amb verdures. -Plàtan	-Sopa de brou de carn i verdures -Salmó i verdures a la planxa. -Iogurts	FESTIU	FESTIU
22	23	24	25	26
-Fideus de brou de peix amb gambetes. -Estufat de bou. -Pera	-Arròs integral amb salsa. -Lluç arrebossat amb verdures. -Poma	-Cuinat de ciurons amb verdures. -Truita de pernil i ensalada. -Flam casolà	-Sopa de brou de pollastre amb verdures. -Pitrera al forn amb ensalada. -Plàtan	-Cuinat de lleties -Pizza de pernil dolç amb formatge. -Pera
29	30	31		
-Puré de verdures -Aguiat de pilotes. -Poma	-Fideus de brou de peix amb sípia -Truita de tonyina amb ensalada de tomàtiga. -Iogurt	-Arròs blanc integral amb salsa de tomàtiga -Filet de lluç amb patates al forn i ensalada. -Pera		

-Tot el menjar serà casolà i d'elaboració pròpia.

-La beguda diària és l'aigua.

-Les fruites, hortalisses i peix poden variar segons la disponibilitat de temporada i producte de proximitat.

-Empram productes ecològics.