

Menú:

ESCOLAR

MARÇ 2017

ESCOLA EL MESTRAL

DILLUNS



DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 6

Fesols estofats (ceba, pebrot, tomàquet i carn de porc)
Truita de patata
amb enciam i moresc
Taronja

Dia 7

Col i flor amb patata
Mandonguilles de porc i vedella
a la jardinera
Plàtan

Dia 8

Crema de pastanaga amb rostes
Pit de pollastre arrebossat
amb enciam i remolatxa a tires
Poma

Dia 9

Espirals a la napolitana amb formatge
(salsa de tomàquet i formatge)
Salmó al forn amb all i julivert
amb salsa verda
logurt de fruites

Dia 10

Sopa de peix amb arròs
Llonganissa de porc
amb enciam i brots de soja
Pera

Dia 13

Arròs tres delícies
(p.dolç, ou, ceba, pastanaga i pèsols)
Croquetes de rostit
amb tomàquet al forn gratinat
Plàtan

Dia 14

Llenties amb verdures
(carbassó, pastanaga i ceba)
Hamburguesa de porc i vedella
amb enciam i moresc
Pera

Dia 15

Sopa de brou de pollastre amb moravella
Palometa al forn
amb salsa de tomàquet i ceba
logurt de fruites

Dia 16

Mongeta verda amb patata
Pernil de pollastre al forn
amb enciam i olives
Taronja

Dia 17

Espaguetis amb verdures
(ceba, pastanaga i porro)
Truita francesa amb p.dolç
amb enciam i pastanaga
Poma

Dia 20

Macarrons a la carbonara
(bacon, ceba, llet i orenga)
Filet de lluç al forn amb all i julivert
amb enciam i moresc
Taronja

Dia 21

Bròquil, patata i pastanaga
Ous al forn amb lit de tomàquet fregit
formatge i orenga
Plàtan

Dia 22 MENÚ GREC

Crema de cigrons Grega
Fingers de formatge
amanida grega (tomàquet i olives negres)
logurt grec

Dia 23

Purè de patates amb rostes
Pollastre al forn
amb salsa xilindró
Poma

Dia 24

Arròs amb tomàquet
Hamburguesa de vedella
amb enciam i pastanaga ratllada
Kiwi

Dia 27

Crema de carbassa amb rostes
Llonganissa de porc
amb enciam i remolatxa a tires
Plàtan

Dia 28

Arròs saltat amb orenga i oli d'oliva
Caçó al forn amb all i julivert
amb salsa marinera
Pera

Dia 29

Verdura tricolor (carbassó, pastanaga i patata)
Fricandó de vedella
amb salsa de xampinyons
Poma

Dia 30

Potatge de llegums
Truita de carbassó amb
enciam i tronquets d'espàrrecs blancs
Pinya natural

Dia 31 MENÚ ESPECIAL

Tallarines amb tonyina i formatge
Nuggets de pollastre
amb enciam i tomàquet
Copa de xocolata i nata

Menús revisats per la Dietista Cristina Molina Col. 000629

Cuina Gestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



Cuina Gestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestio



Menú:

ESCOLAR

MARÇ 2017

PROPOSTA SOPAR

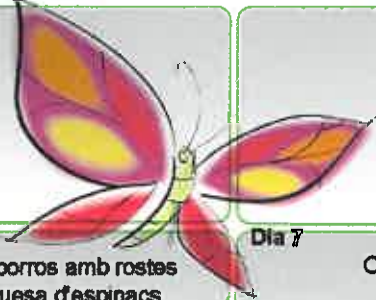
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Dia 6

Crema de porros amb rostos
Hamburguesa d'espínacs
amb pa de cereals
Poma al forn amb canyella

Dia 7

Colcets de verdures
Varetes de lluç
amb enciam romà amanit
Fruita fresca

Dia 8

PLAT UNIC
Cous cous amb verdures
i pollastre amb
panses saltades
Rondanxes de pinya natural

Dia 9

Amanida verda
Llibret de llom amb pernil dolç
i formatge amb boletes de patata
Fruita fresca

Dia 10

Amanida de tomàquet
amb tonyina i olives negres
Gall al forn amb all i julivert
Bol de iogurt amb fruita

Dia 13

Pèsols saltats amb porro i tomàquet
Trita de formatge amb
llesca de pa amb tomàquet
Suc de taronja natural

Dia 14

Crema de verdures del temps
Maires enfarinades i fregides
amb pastanaga ratllada
iogurt natural amb nous

Dia 15

PLAT UNIC
Arròs a la cubana
Tomàquet fregida
amb ou fregit
Poma

Dia 16

Llesques de tomàquet
amb mozzarella i orenga
Pit de pollastre al la planxa amb allet
Fruita fresca

Dia 17 PLAT UNIC

Panninis cassolans
amb tomàquet fregida,
formatge i pernil salat
Llesques de pera amb xocolata

Dia 20

Amanida d'arròs
Broqueta de gall d'indi amb
tomàquets xerry
Poma a forn amb canyella

Dia 21

Carbassons farcits
de puré de patata
Lluçet a la planxa amb all i julivert
Taronja

Dia 22

Sopa juliana de verdures
Conill al forn
amb pebrot verd fregit
Fruita fresca

Dia 23

Crema de pèsols
Trita de carbassó
amb enciam i pastanaga ratllada
Bol de plàtan i kiwi

Dia 24 PLAT UNIC

Reclettee de verdures
Carbassó, albergínia i patata
amb formatge tendre
Macedònia de fruites

Dia 27

Sopa vegetal amb pistons
Sípia estofada amb patates
i pastanaga
Fruita fresc

Dia 28

Minestra de verdures
Pit de pollastre a la planxa
amb enciam i moresc
Maduixes

Dia 29 PLAT UNIC

Salmorejo (sopa freda de tomàquet)
amb tonyina, ou dur
i rostos
Taronja

Dia 30 PLAT UNIC

Espardenya catalana
Pa de pagès, amb tonyina
i pebrot escalivat i olives
Petit suisse

Dia 31

Hummus
amb crudietes de verdures
Salmó al forn a la papillota
iogurt amb nous

Menús revisats per la Dietista Cristina Molina Col. CAT 000629

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



Cuina Gestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestio

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16

