



Escola La Floresta **MENÚ SALUDABLE** **SETEMBRE**

	DILLUNS	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
Dinar		Macarrons integrals a la napolitana Truita de carbassó amb pastanaga ratllada Fruita	Amanida d'arròs Filet de lluç al forn amb tomàquet natural Fruita	Crema de verdura Escalopa de gall dindi amb amanida Fruita	Pizza casolana Mandonguilles de vedella a la jardinera Gelats
	DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
Dinar	Mongetes guisades amb verdures Ous durs amb amanida Fruita	Crema de verdura Cigrons guisats amb cuscús Fruita	Arròs amb tomàquet Daus de caella adobada amb tomàquet natural Fruita	Amanida russa Pernilets de pollastre rostits amb tomàquet natural logurt natural	Amanida de pasta Bacallà al forn amb samfaina Fruita
	DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Dinar	Llenties guisades amb verdures Tofú al forn amb amanida Fruita	Verdura del temps saltada amb allet i pernil Daus de gall dindi al forn amb xampinyons Fruita	Arròs tres delícies Truita de tonyina amb amanida Fruita	Crema de carbassó Fideuà logurt natural	Amanida de patata Peix fresc amb amanida Fruita



Són ecològics certificats les verdures, les hortalisses, les fruites, la pasta, el llegum, la sal, el peix es fresc i de proximitat. El tipus de peix no es pot confirmar fins un dia abans.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. Nº de col·legiat 7255.

