

<b>Escola La Floresta</b>	<b>MENÚ SALUDABLE</b>	<b>FEBRER</b>
---------------------------	-----------------------	---------------

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
<b>Dinar</b>				Crema de verdura Estofat de vedella amb xampinyons i amanida Fruita	Llenties guisades amb arròs Peix fresc amb amanida iogurt natural
	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
<b>Dinar</b>	Arròs tres delícies Escalopa de gall dindi amb amanida Fruita	Crema de verdura Mongetes seques guisades amb verdures Fruita	Patates guisades amb verdures Filet de lluç al forn amb amanida Fruita	Pínic truita Fruita	Macarrons a la carbonara Botifarra de porc al forn amb patates fregides iogurt natural
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
<b>Dinar</b>		Espaguetis integrals amb salsa de porros Truita de tonyina amb amanida Fruita	Crema de carbassa Pizza vegetal Fruita	Sopa de peix Rodó de porc al forn amb patata al caliu Fruita	Arròs a la cassola Peix fresc amb amanida Batut de Fruita
	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
<b>Dinar</b>	Espaguetis amb salsa de formatge Hamburguesa de vedella ecològica amb formatge i amanida Fruita	Brou de pollastre amb fideus Pernilets pollastre al forn amb arròs saltat iogurt natural	Verdura del temps Cigrons guisats amb cuscús Fruita	Arròs amb tomàquet Bacallà arrebossat amb amanida Fruita	Mongetes seques guisades amb verdures Ous durs amb amanida Fruita
	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS	DIVENDRES
<b>Dinar</b>	Espirals amb salsa de xampinyons Filet de palometa amb all i julivert i pastanaga ratllada Fruita	Crema de verdura Paella d'arròs Fruita	Llenties guisades amb verdures Truita d'espínacs amb amanida iogurt natural		

\*El menú inclou el pa diari



Són ecològics certificats les verdures, les hortalisses, les fruites, la pasta, el llegum, la vedella un cop al mes, 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.