


ESCOLA LA FLORESTA

MENÚ SALUDABLE

DESEMBRE 2018

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
<p><b>Mongetes seques guisades amb verdures</b>  <b>Ous durs amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Coliflor amb beixamel</b>  <b>Estofat de gall dindi amb arròs blanc</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Espirals napolitana</b>  <b>Llibrets de llom amb amanida</b>  <b>logurt natural de granja</b></p>		
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
<p><b>Llenties guisades amb xoriço</b>  <b>Truita de formatge amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Espaguetis amb salsa d'espínacs</b>  <b>Escalopa de gall dindi amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Crema de verdura amb crostons</b>  <b>Cigrons guisats amb cuscús</b>  <b>Amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Sopa de peix</b>  <b>Rodó de vedella eco rostit amb patata al caliu</b>  <b>Batut de fruita natural</b></p>	<p><b>Arròs amb tomàquet</b>  <b>Peix fresc i de proximitat amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
<p><b>Mongetes seques guisades amb arròs</b>  <b>Hamburguesa vegetal amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Minestra de verdura</b>  <b>Truita de alls tendres amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Crema de verdura</b>  <b>Paella amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Cigrons guisats amb verdures</b>  <b>Bacallà amb tomàquet i pastanaga ratllada</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><i><b>Brou de <u>Nadal</u></b></i>  <i><b>Pollastre al forn amb panses i prunes i patates fregides</b></i>  <i><b>Postres especials</b></i></p> 

\*INCLOU EL PA DIARI



Són ecològics certificats les verdures, les hortalisses, les fruites, la pasta, el llegum, la farina, la vedella dos cops al mes, la sal.

El peix fresc es 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.