

Menú SETEMBRE 2021

adaptació per a infantil



* El sopar és una proposta nutricionalment completa i equilibrada amb el menú del migdia.

	Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
DINAR	Arròs amb tomàquet Botifarra de Vic Fruita	Mongeta tendra i patata Lluç al forn Fruita	Crema de carbassó Pit de pollastre arrebossat Fruita	Llenties bullides amb un raig d'oli Truita de patates i ceba logurt artesà	Fideus a la cassola Fruita
	Crema de verdures Ou Lacti	Ensaladilla Llegum Fruita	Amanida Lasanya Fruita	Arròs integral Peix blau Fruita	Pèsols Gall dindi Fruita
	Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
DINAR	Crema de d'hortalisses de temporada Pollastre al forn Enciam Fruita	Cigró menut del Vallès Truita de carbassó Enciam Fruita	Macarrons integrals a la napolitana Bacallà a la llauna Fruita	Amanida complerta Arròs a la cassola logurt artesà amb mel	Mongeta tendra i patata Hamburguesa de vedella Fruita
	Pasta integral Peix blanc Fruita	Quinoa amb verdures Conill Lacti	Escalivada Croquetes Fruita	Llegum amb verdures Ou Fruita	Salmorejo Calamars Fruita
	Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	
DINAR	Arròs blanc Llom enfarinat al forn Tomàquet amanit Fruita	Llenties guisades Peix al forn Fruita	Amanida de patata Pollastre a l'allet Fruita	Mongeta tendra i patata Ous mimosa amb lliit d'enciam logurt artesà	
	Verdures saltejades Ou Fruita	Amanida verda Pasta amb carn picada Fruita	Arròs Peix blau Fruita	Crema de llegum Gall dindi Fruita	

RÈGIM DE PANXA:

• S'adaptarà diàriament en funció del menú basal per a què s'assembla al màxim al menú de la resta de nens. S'alterna arròs bullit, patata i pastanaga bullida, carn o peix a la planxa...

BERENARS I ESMORZARS:

- **ESMORZARS:** Fruita variada de EI3 a EP4. / EP5 i EP6 combinen entrepà i fruita
- **BERENARS:** Combinem pa blanc i pa integral amb: Pernil salat, llom embutxat, gall d'indi, formatge sec, xocolata...
- Els divendres per berenar alternem: Brioixos, coques i magdalenes artesanes, pa de pessic fet a l'escola...

- * Tota la pasta és ecològica i els macarrons són integrals. / L'arròs i l'arròs integral del Delta de l'Ebre.
- * La llet i làctics ecològics del Montseny i de la Cooperativa de la Fageda.
- * Les fruites i hortalisses de temporada són: de proximitat, ecològiques i producció integrada. Integrada (dues vegades a la setmana la fruita és ecològica)
- * Els llegums tots són de proximitat i ecològics/d'agricultura sostenible d'una cooperativa del Vallès, excepte les lleties.
- * Combinem pa blanc i pa integral.
- * El peixos: alternem peix fresc de llotja i peix congelat a ultramar.
- * Les carns: vedella de Girona, el porc raça Duroc d'una cooperativa de Vic i el pollastre Groc Català.
- * Treballem constantment per comprar productes a pagesos i productors de proximitat amb consciència mediambiental.