



Els plats contenen:

GLUTEN 

OU 

API 

LLET I DERIVATS 

PROTEÏNA DE VACA 

SULFITS 

LLEGUMS 

















































PEIX 

FRUITS DE CLOSCA 

Setembre 2018

Escola del Mar



DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana)     CROQUETES DE POLLASTRE    JULIANA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	DIJOUS 13 CIGRONS SALTEJATS AMB VERDURES  TRUITA DE FORMATGE    AMANIDA TROPICAL (enciam, cranc, olives) IOGURT	DIVENDRES 14 PASTÍS DE MILL (by Rebeca Gordo)   LLUÇ A LA PLANXA  AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 17 MAC & CHEESE (by Pepi Lorente)     PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i FRUITA DEL TEMPS	DIMARTS 18 MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES LLOM A LES FINES HERBES   TOMÀQUET AMANIT FRUITA DEL TEMPS	DIMECRES 19 LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)  BACALLÀ GRATINAT AMB ALLIOLI DE POMA (by Marta Benet)    PATATES "PANADERES" IOGURT	DIJOUS 20 CREMA DE VERDURES AMB DAUS DE PA TORRAT   POLLASTRE BROASTER   AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	DIVENDRES 21 AMANIDA D'ARRÒS (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural)   ALBERGÍNIA EN TEMPURA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 24 ARRÒS TRES DELÍCIES (pastanaga, blat de moro i truita)  GALL D'INDI A LES FINES HERBES     AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I SOJA FRUITA DEL TEMPS	DIMARTS 25 BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES MANDONGUILLES AMB SALS    ARRÒS SALTEJAT FRUITA DEL TEMPS	DIMECRES 26 MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell)  CAÇÓ A L' ANDALUSA (fregit amb farina)   CARBASSÓ EN TEMPURA IOGURT	DIJOUS 27 CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA  POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural)  AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i FRUITA DEL TEMPS	DIVENDRES 28 BROU CASOLÀ AMB PISTONS     PEIX FRESC DE MERCAT  AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I FRUITA DEL TEMPS

Recomanació Sopars

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOURS 6	DIVENDRES 7
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOURS 13	DIVENDRES 14
		PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL QUICHE D'ESPINACS I FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	NYOQUIS AMB OLI I ALFÀBREGA LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS AMB Salsa ROSA CROQUETES DE PERNIL FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOURS 20	DIVENDRES 21
PURÉ DE VERDURES LLOM A LES FINES HERBES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES POLLASTRE AMB SOJA I MEL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS SALTEJAT AMB GALL D'INDI FUMAT OUS FERRATS MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	ESPINACS A LA CREMA AMB BACÓ LLOM ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) IOGURT	GRAELLA DE VERDURES CREP DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE HAVARTI AMB ÈNCIAM FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOURS 27	DIVENDRES 28
ESPINACS BULLITS AMB PATATES REMENAT D'OUS AMB ESPÀRRECS BROQUETA DE FRUITA VARIADA	ARRÒS AMB Salsa DE TOMÀQUET (sofregit casolà) CROQUETES DE PERNIL FRUITA DEL TEMPS	NYOQUIS AMB OLI I ALFÀBREGA BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	CREMA FREDA DE MELÓ AMB ENCENALLS DE PERNIL PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA CUALLADA	CREMA FREDA DE MELÓ AMB ENCENALLS DE PERNIL PIZZA CASOLANA DE TONYINA FRUITA DEL TEMPS

Necessitats Alimentàries Especials

- | | | |
|---------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Pasta sense gluten | 18. galets amb napolitana | 35. Cuiinat sense vi |
| 2. Pasta sense ou | 19. Salsa sense gluten | 36. Mandonguilles casolanes de peix |
| 3. Sense formatge | 20. Llom a la planxa | 37. Vedella a la planxa |
| 4. Sense formatge | 21. mongeta tendra amb patata | 38. Vedella a la planxa |
| 5. Croquetes s/gluten | 22. farina sense gluten | 39. Menestra de verdures |
| 6. Pollastre arrebossat | 23. Lactonesa de poma | 40. Farina sense gluten |
| 7. Pollastre arrebossat | 24. Carn a la planxa | 41. Pollastre a la planxa |
| 8. Arròs amb verdures | 25. Daus de pa s/gluten | 42. Daus de pa s/gluten |
| 9. Truita vegana | 26. Sense api | 43. Pollastre a la planxa |
| 10. Truita francesa | 27. farina sense gluten | 44. Pasta sense gluten |
| 11. Truita francesa | 28. arrebossat sense ou | 45. Pasta sense ou |
| 12. sense formatge | 29. Vedella a la planxa | 46. Sopa de verdures |
| 13. sense formatge | 30. Lluç a la planxa | 47. Sense api |
| 14. Vedella a la planxa | 31. Sense truita | 48. Llom a la planxa |
| 15. pasta sense gluten | 32. Farina s/gluten | |
| 16. pasta sense ou | 33. Gall d'indi a la planxa | |
| 17. galets amb napolitana | 34. Sense api | |

- Cada àpat anirà acompanyat d'una ració de pa. Els dimarts i els dijous serà integral.
- Tota la verdura és fresca i de proximitat (excepte la mongeta tendra i els bolets).
- El pollastre és "PIO".
- Totes les llegums són de cultiu ecològic.

"Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT001048)"