

Escola Xirinacs

B.s/f.secs RPX

Octubre

| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|---|--|---|---|--|
| | 1 Tricolor de verdures Cigrons estofats Esc Fruita i pa s/traces | 2 Pasta saltada a/verdures Lluç en salsa verda Esc logurt ECO i pa s/traces | 3 Mongetes b. estofades Esc Truita de pernil dolç amb enciam i pastanaga Fruita i pa s/traces | 4 Crema carbassó Esc Pernilets pollastre forn amb enciam i blat de moro Fruita i pa s/traces |
| 7 Macarrons a la napolitana Palpís de gall d'indi amb enciam i pastanaga Fruita i pa s/traces | 8 Arròs integral tres delícies Esc Mongetes b. a/tomàquet Fruita i pa s/traces | 9 Llenties estofades Truita de formatge amb enciam logurt ECO i pa s/traces | 10 Mongetes verdes i patata Bacallà al forn amb enciam i olives Fruita i pa s/traces | 11 Sopa de fideus Cigrons estofats Esc Fruita i pa s/traces |
| 14 Arròs integral amb tomàquet Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita i pa s/traces | 15 Cigrons estofats Esc Pollastre al forn amb enciam i olives Fruita i pa s/traces | 16 Espaguetis a/pesto d'espínacs Salmó al forn amb enciam logurt ECO i pa s/traces | 17 Bròquil gratinat Estofat g.dindi a/samfaina Esc Fruita i pa s/traces | 18 Crema pastanaga Esc Amanida de llenties Esc Fruita i pa s/traces |
| 21 Arròs int.saltat a/verdures Esc Hamburguesa veggie a/salsa tomàquet Fruita i pa s/traces | 22 Sopa de pistons Truita de carbassó amb tomàquet natural Fruita i pa s/traces | 23 Crema verdures Esc Pernilets pollastre forn amb enciam i olives logurt ECO i pa s/traces | 24 Llenties estofades Peix al forn amb enciam i blat de moro Fruita i pa s/traces | 25 Tricolor de verdures Crema mongetes blanques Fruita i pa s/traces |
| 28 Espaguetis al pesto rosso Truita de patates amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa s/traces | 29 Crema pèsols Lluç marinera Esc Fruita i pa s/traces | 30 Arròs integral amb carbassa i ceba Cigrons estofats Esc logurt ECO i pa s/traces | 31 Crema moniato Esc Pollastre al forn amb enciam Postres i pa | |

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PRÒXIMITAT

Els nostres menús estan supervisats per dietistes - nutricionistes col·legiats (Núm. CAT000874 i Núm. CAT001899) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable des de la primera infància. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Les postres lactes són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSPAC: 26.06772/CAT - RGSEAA: 26.12608/B