

Escola Xirinacs

B.s/marisc RPX

Octubre

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

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

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PRÒXIMITAT

Los nostros menús estan supervisats per dietistes - nutricionistas 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 nostros 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).

Los postres lácicos són productos 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