

ESCOLA CAN SORTS

MENÚ BASAL

MES Març 2020

Les fruites del temps són: pera, plàtan, taronja, poma, mandarines,...

Els menús estan valorats dietètica i nutricionalment per Lourdes Bàguena.
Núm. col·legiat CAT000460



Dilluns 2

ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA I CEBA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES

FRUITA DEL TEMPS *eco*

Dimarts 3

CREMA DE CIGRONS AMB ROSTES DE PA

CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB Salsa SUAU D'HORTALISSES

FRUITA DEL TEMPS

Dimecres 4

SOPA MARINERA AMB RAP

HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB FORMATGE, ENCIAM I PATATA A DAUS

FRUITA DEL TEMPS

Dijous 5

COL I FLOR AMB PATATA

PIZZA DE XAMPINYONS I FORMATGE

FRUITA DEL TEMPS

Divendres 6

MACARRONS ECOLÒGICS AL PESTO

BACALLÀ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA

IOGURT *eco*

Dilluns 9

LLENTIES ECOLÒGIQUES GUISADES AMB PASTANAGA

CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA

FRUITA DEL TEMPS *eco*

Dimarts 10

ARRÒS CALDÓS

TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL

FRUITA DEL TEMPS

Dimecres 11

MONGETA TENDRA AMB PATATA

POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DEL TEMPS

Dijous 12

TALLARINS ECOLÒGICS A LA NAPOLITANA

LLUÇ AL FORN AMB VERDURETES

IOGURT *eco*

Divendres 13

SOPA DE VERDURES AMB NAP I XIRIVIA

SALSITXES DE PORC AMB AMANIDA D'ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS

Dilluns 16

FESTA

Dimarts 17

PAELLA D'ARRÒS AMB SIPIA

TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS

Dimecres 18

MONGETES AMB VERDURES ECOLÒGIQUES

MAGRA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I CARBASSÓ ARREBOSSAT /PLANXA

FRUITA DEL TEMPS *eco*

Dijous 19

AMANIDA COMPLERTA / CREMA VERDURES (P3-P5)

FIDEUS ECOLÒGICS A LA MARINERA *eco*

FRUITA DEL TEMPS

Divendres 20

TRINXAT DE COL I PATATA

TIRES DE POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLANA I AMANIDA D'ENCIAM AMB PIPES DE GIRA-SOL

IOGURT

Dilluns 23

ESPIRALS AMB XAMPINYONS I CEBA

MANDONGUILLES DE PEIX AMB TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

Dimarts 24

SOPA DE BROU CASOLÀ

ESTOFAT DE GALL D'INDI AL FORN AMB VERDURES

FRUITA DEL TEMPS

Dimecres 25

MINISTRA DE VERDURES CASOLANA

LLOM PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM AMB VINAGRETA DE MEL

IOGURT

Dijous 26

LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES

TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET *eco*

FRUITA DEL TEMPS

Divendres 27

ARRÒS AMB VERDURETES ECOLÒGIQUES *eco*

MARMITAKO DE PEIX AMB RAP I LLUÇ

FRUITA DEL TEMPS

Dilluns 30

PATATES ESTOFADES AMB CEBA I TOMÀQUET

TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM *eco*

FRUITA ECOLÒGICA

Dimarts 31

SOPA DE PEIX

PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALSETA DE POMA

FRUITA DEL TEMPS

