

# 2017 menú **octubre**

Sóc filla de la muntanya i vinc al món quan fa fred,  
i al posar-me al foc no t'estranyi que faci un pet. Què sóc?



## ESCOLA EDUCEM PRIMÀRIA MENÚ MENJADOR ESCOLAR

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
Amanida de pasta amb tonyina blat de moro, olives i tomàquet <b>Calamar en tempura</b> de Ca la Mari de Sant Antoni i enciam amb soia <b>Peça de fruita</b>	Arròs amb salsa de verdures <b>Pollastre al forn</b> amb cebeta i herbetes i amanida variada <b>Peça de fruita</b>	Cigrons estofats amb <b>Peix blanc amb samfaina</b>  i enciam de Roure <b>logurt d'ovella la Cleda</b>	Sopa de brou amb fideuets <b>Ous gratinats al forn</b> amb llit de tomàquet i formatge i enciam meravella <b>Peça de fruita</b>	Verdura de temporada  <b>Botifarra al forn</b>  i enciam meravella <b>Peça de fruita</b>
Verdura de temporada amb rajolí d'oli <b>Fricadó de Vedella</b> amb bolets i amanida <b>Peca de fruita</b>	Sopa de lletres  <b>Truita de patates</b>  i amanida <b>Peca de fruita</b>	Crema de porros  <b>Arròs a la cassola</b> (amb costella i salsitxes) i enciam meravella <b>Peca de fruita</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
Espirals al pesto  <b>Truita de carbassó</b>  i enciam i cogombre <b>Peça de fruita</b>	Trinxat de Col i patata  <b>Llom arrebossat</b> amb xampinyons i enciam de Roure <b>Peça de fruita</b>	Purè de carbassa amb rostes  <b>Peix blanc</b> amb llit de tomàquet i ceba dolça i enciam i olives <b>Peça de fruita</b>	<b>Mongetes de Santa Pau</b> estofades amb verdures  <b>Pernilets de pollastre al forn</b>  i meravella i olives <b>logurt del Berguedà</b>	<b>Arròs amb sofregit de tomàquet,</b> pebrot i ceba  <b>Estofat de calamar amb cebeta</b>  i amanida variada <b>Peça de fruita</b>
Arròs amb salsa de tomàquet i sofregit de ceba <b>Croquetes vegetals</b> de cigrons i espinacs amb escarola <b>Peça de fruita</b>	Crema de verdures  <b>Truita de patates, ceba i pernil</b>  i enciam de Roure i cogombre <b>Peça de fruita</b>	Llenties pardines estofades amb verdures <b>Pinxos de pollastre</b>  amb amanida variada <b>logurt Boisans</b>	Verdura variada amb oli d'oliva <b>Hamburguesa de conill</b>  amb amanida de tomàquet <b>Peça de fruita</b>	<b>Macarrons</b> amb salsa de verdures <b>Peix al forn</b>  amb enciam de Roure <b>Peça de fruita</b>
Espagueti a la Bolonyesa amb picada vegetal i tomàquet <b>Bunyols de bacallà</b>  i enciam meravella <b>Peça de fruita</b>	Arròs amb bolets  <b>Pollastre a les fines herbes</b>  i enciam i olives <b>Peça de fruita</b>			

EL **95%** DEL NOSTRE **PRODUCTE** ÉS DE PROXIMITAT i/o ECOLÒGIC  
(verdures, fruita, llegums, cereals, làctics, etc.)

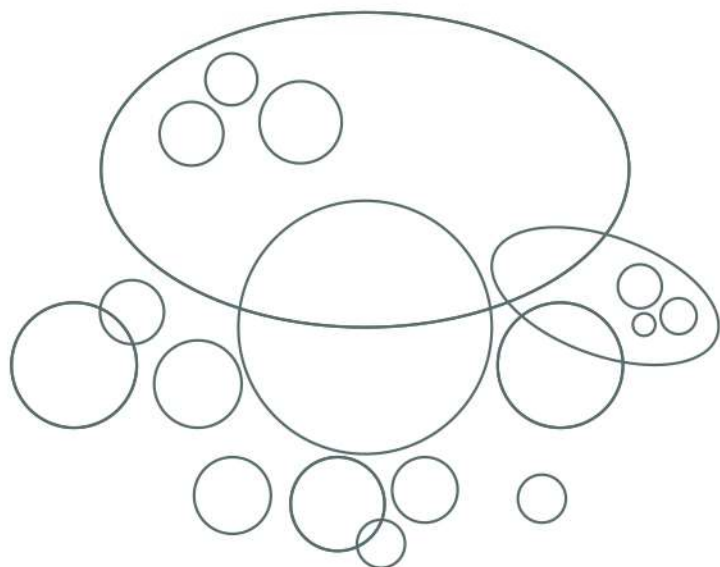
EL **95%** DEL NOSTRE **PEIX** ÉS FRESC

LES **CARNS** I EL **POLLASTRE** SÓN DE **GRANGES** DE PROXIMITAT

# 2017 menú **octubre**

Solució a l'endevinalla: LA CASTANYA

## Proposta de sopars a casa



Pinta'm !!!!

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
Mongeta verda amb patata Trita amb formatge i orenga Llesca de pa amb tomàquet logurt	Sopa de galets Peix blau Llit de patata i tomàquet logurt	Crema de carbassó Salsitxes amb tomàquet amanit Peça de fruita	Arròs amb verdures Croquetes de bacallà xampinyons saltejats logurt	Amanida verda Fajites amb pollastre, pebrot vermell i verd i ceba logurt
Arròs amb tomàquet Sèpia amb all i julivert saltejat de verdures logurt	Crema de pèsols Pinxos de pollastre Bastonets de pastanaga logurt	Amanida russa Vegennugget de tofu i formatge albergínia arrebossada logurt	FESTA 12	Tomàquet amanit Pizza logurt
Bledes amb patata Crestes de tonyina al forn tomàquet amanit logurt	Arròs amb xampinyons gall d'indi al forn a les fines herbes bastonets de pastanaga logurt	Cous cous amb verdures Peix al forn amanida Peça de fruita	Tomàquet al forn farcit de Pa amb tomàquet i pernil salat carbassó a la planxa logurt	Sopa de pistons Trita de patates i ceba dolça amanida logurt
Crema de pastanaga Pollastre arrebossat tomàquet amanit Macedònia	Arròs amb sofregit de verdures Peix al forn amanida logurt	Bròquil amb patata Pinxos de gall d'indi amb amanida logurt	Torrada amb escalivada i formatge de cabra gratinat Peix al forn amb herbetes bastonets de pastanaga logurt	Sopa de lletres Trita francesa verdures al wok logurt
Coliflor gratinada Remenat d'ou amb gambetes, espàrrecs verds i alls tendres amanida logurt	Sopa de fideuets Peixet blau enfarinat i fregit tomàquet amanit logurt			