

MENU sense OU ESCOLA CAN BESORA · NOVEMBRE 2021

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de peix amb arròs integral -Bunyols de bacallà casolans s/ou amb amanida 	<ul style="list-style-type: none"> -Patata, bledes i pastanagues al vapor -Estofat de cap de llom -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de carbassa -Lassanya de cigrons i verdures -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Fideuà de peix amb allioli casolà (s/Ou) -Broqueta de gall d'indi amb amanida -Fruita
<ul style="list-style-type: none"> -Escudella amb cigrons, mill i carbassa -Pollastre a la planxa amb amanida -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Arròs 3 delícies amb pastanaga, porros i xampinyons -Falafel casolà amb pa de pitta, salsa de iogurt i amanida -Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> -Patata i coliflor amb beixamel -Pernilet de pollastre al forn amb amanida -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de moniato i porros -Croquetes de cigrons casolanes s/ou amb amanida -Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> -Fusillis integrals de l'increïble Hulk -Peix fresc s/mercat -Fruita
<ul style="list-style-type: none"> -Fideuà de verdures amb allioli casolà (s/ou) -Pancakes casolans de bacallà s/ou (al forn) -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema de carbassa -Arròs a la cubana amb pollastre -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Cigrons amb romesco -Pastís de mill amb carn i formatge amb amanida -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Trinxat de col i patata amb cansalada del Pirineu -Fainà de verdures de tardor amb amanida -Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de peix amb arròs integral -Estofat de gall d'indi i verdures -Fruita
<ul style="list-style-type: none"> -Arròs amb s/de pastanaga i tomàquet -Pollastre a la planxa amb amanida -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Patata, bròquil i pastanaga -Pernilet de pollastre amb herbes -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Crema d'api-rave i porros -Estofat de vedella amb grapadet de mill -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Llenties estofades -Arròs integral amb s/de tomàquet i alfàbrega -Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> -Macarrons amb s/Alfredo (de coliflor i mantega) -Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita
<ul style="list-style-type: none"> -Patata, bledes i carbassa -Pernilet de pollastre amb amanida -Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de pollastre amb galets -Pollastre a la planxa amb amanida -Fruita 			



Peix fresc



Plat de cullera

Menú elaborat per Vatua l'Olla i revisat per Gemma Oña (dietista col·legiada núm. CAT/00719)

Cada dia se servirà pa del Forn Prats de Mollet.

Les nostres verdures, fruites i pastes són de producció ecològica i de proximitat.

Els iogurts i els ous són frescos i de producció ecològica i de proximitat.

La carn vermella té la certificació IGP "Vedella dels Pirineus Catalans". El peix fresc prové de les costes del Mediterrani del Cantàbric.

Cuinem i amanim amb oli d'oliva arbequina de les comarques de Tarragona. El sucre és de canya i de comerç just

PODEU CONSULTAR LA PREVISIÓ DE PEIX FRESC I DE FRUITA AL NOSTRE WEB

www.vatualolla.cat

VATUA
L'OLLA
cuina escolar