

**MENÚ sense porc**
**Novembre 2018**
**Escola Parc de la Ciutadella**
**EL DINAR A L'ESCOLA**

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà i amanida d'enciam, pastanaga i pipes</p>	<p>Crema de carbassa i moniato Llenties estofades amb pollastre Fruita fresca</p>	<p>Patata i bròquil <b>Mandonguilles de vedella</b> amb un xic de cuscús Fruita fresca</p>	<p>Espaguetis amb salsa de porro Peix fresc i amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt natural</p>	<p>Olla barrejada (coliflor, cigrons, fideus,...) Truita de patata, ceba i carbassó i amanida d'enciam i pastanaga Fruita fresca</p>
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
<p>Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Bacallà amb tomàquet Fruita fresca</p>	<p>Patata i bleda amb un raig d'oli Ous amb tomàquet i beixamel gratinats Fruita fresca</p>	<p>Crema de verdures Macarrons a la bolonyesa (carn vedella) i amanida d'enciam, germinats i sèsam logurt natural</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures d'hivern Calamar a l'andalusa i amanida d'enciam, pastanaga i pipes de gira-sol Fruita fresca</p>	<p>Fideuà de peix Broqueta de pollastre al forn i amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita fresca</p>
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
<p>Menestra de verdures amb patata Lluç al forn amb all i julivert Fruita fresca</p>	<p>Mongetes seques amb sofregit de tomàquet Remenat d'ou amb patata i amanida d'enciam i pastanaga Fruita fresca</p>	<p>Col i patata Gall dindi a daus marinat i amanida d'enciam i tomàquet Fruita fresca</p>	<p>Arròs amb verdures Peix fresc i amanida d'enciam i germinats logurt natural</p>	<p>Sopa d'au i verdures amb fideus i cigrons Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita fresca</p>
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
<p>Espirals a la italiana (amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga) Salmó al forn a l'anet i amanida d'enciam i bat de moro Fruita fresca</p>	<p>Mongeta verda i patata <b>Hamburguesa de vedella</b>, i amanida d'enciam i remolatxa Fruita fresca</p>	<p>Vichisoise amb crostons de pa Escalopa de pollastre arrebossat i amanida d'enciam i tomàquet Fruita fresca</p>	<p>Llenties amb arròs integral Filet de lluç al forn i amanida d'enciam, olives i pipes de gira-sol logurt natural</p>	<p>Sopa de galets Truita de patata i ceba i amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita fresca</p>