

<b>MENÚ BASAL</b>		<b>novembre 2018</b>		<b>Escola Parc de la Ciutadella</b>	
<b>EL DINAR A L'ESCOLA</b>					
<b>DILLUNS 5</b>	<b>DIMARTS 6</b>	<b>DIMECRES 7</b>	<b>DIJOUS 8</b>	<b>DIVENDRES 9</b>	
Arròs integral amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà i amanida d'enciam, pastanaga i pipes	Crema de carbassa i moniato Llenties estofades amb pollastre Fruita fresca	Patata i bròquil Mandonguilles mixtes amb un xic de cuscús Fruita fresca	Espaguetis amb salsa de porro Peix fresc i amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt natural	Olla barrejada (coliflor, cigrons, fideus,...) Truita de patata, ceba i carbassó i amanida d'enciam i pastanaga Fruita fresca	
<b>DILLUNS 12</b>	<b>DIMARTS 13</b>	<b>DIMECRES 14</b>	<b>DIJOUS 15</b>	<b>DIVENDRES 16</b>	
Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Bacallà amb tomàquet Fruita fresca	Patata i blada amb un raig d'oli Ous amb tomàquet i beixamel gratinats Fruita fresca	Crema de verdures Macarrons a la bolonyesa i amanida d'enciam, germinats i sèsam logurt natural	Cigrons estofats amb verdures d'hivern Calamar a l'andalusa i amanida d'enciam, pastanaga i pipes de gira-sol Fruita fresca	Fideuà de peix Broqueta de pollastre al forn i amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita fresca	
<b>DILLUNS 19</b>	<b>DIMARTS 20</b>	<b>DIMECRES 21</b>	<b>DIJOUS 22</b>	<b>DIVENDRES 23</b>	
Menestra de verdures amb patata Lluç al forn amb all i julivert Fruita fresca	Mongetes seques amb sofregit de tomàquet Remenat d'ou amb patata i amanida d'enciam i pastanaga Fruita fresca	Col i patata Gall dindi a daus marinat i amanida d'enciam i tomàquet Fruita fresca	Arròs amb verdures Peix fresc i amanida d'enciam i germinats logurt natural	Sopa d'au i verdures amb fideus i cigrons Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita fresca	
<b>DILLUNS 26</b>	<b>DIMARTS 27</b>	<b>DIMECRES 28</b>	<b>DIJOUS 29</b>	<b>DIVENDRES 30</b>	
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	Mongeta verda i patata Hamburguesa mixta de porc i vedella, i amanida d'enciam i remolatxa Fruita fresca	Vichisoise amb crostons de pa Escalopa de pollastre arrebossat i amanida d'enciam i tomàquet Fruita fresca	Llenties amb arròs integral Filet de lluç al forn i amanida d'enciam, olives i pipes de gira-sol logurt natural	Sopa de galets Truita de patata i ceba i amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita fresca	