

# Menú Casal

## Juliol

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

<p><b>28 (JUNY)</b> Macarrons amb tomàquet</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>29 (JUNY)</b> Crema de pastanaga (pastanaga, patata, ceba i llet)</p> <p>Lluç amb samfaina (carbassó, albergínia, pebrot, ceba i tomàquet)</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>30 (JUNY)</b> Amanida d'arròs integral vegetal (enciam, blat de moro, pastanaga ratllada i olives)</p> <p>Pollastre al forn amb tomàquet amanit</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>1</b> Cigrons estofats s/f.secs (patata, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals)</p> <p>Truita de patates i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>2</b> Minestra de verdures (mongeta verda, pèsols, pastanaga i patata)</p> <p>Mandonguilles de vedella amb verduretes (tomàquet, ceba, mongetes verdes i pastanaga)</p> <p>Gelat i pa integral</p>
<p><b>5</b> Mongetes verdes i patata</p> <p>Croquetes de pernil ibèric amb xips</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>6</b> Amanida de pasta (pasta, blat de moro, pinya, olives i tonyina)</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam, llombarda i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>7</b> Crema de carbassó (carbassó, patata, ceba i llet)</p> <p>Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>8</b> Arròs integral 3 delícies (pèsols, pernil dolç, pastanaga i ou)</p> <p>Bacallà arrebossat amb tomàquet i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>9</b> Amanida de llenties (enciam, tomàquet, pastanaga ratllada i olives)</p> <p>Truita francesa amb escarola</p> <p>Gelat i pa integral</p>
<p><b>12</b> Espaguetis a la bolonyesa (tomàquet, ceba i picada de porc)</p> <p>Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>13</b> Amanida de patata (tonyina, ou dur, olives i maionesa)</p> <p>Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>14</b> Arròs integral amb verdures s/f.secs (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga, mongetes verdes)</p> <p>Rosada arrebossada amb enciam i olives</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>15</b> Amanida de mongetes blanques (enciam, tomàquet, pastanaga ratllada i olives)</p> <p>Truita de patata i ceba amb escarola</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>16</b> Crema de verdures (espinacs, patata, ceba i llet)</p> <p>Pizza de pernil dolç i formatge</p> <p>Gelat i pa integral</p>
<p><b>19</b> Tallarines a la napolitana (tomàquet i ceba)</p> <p>Botifarra de porc a la planxa amb enciam, llombarda i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>20</b> Amanida russa (mongeta verda, pèsols, pastanaga, patata, tonyina, olives i maionesa)</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet i blat de moro</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb tomàquet</p> <p>Truita francesa amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>22</b> Crema de carbassa (carbassa, patata, ceba i llet)</p> <p>Varetes de lluç amb enciam</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>23</b> Amanida de llenties (enciam, tomàquet, pastanaga ratllada i olives)</p> <p>Filet de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>Gelat i pa integral</p>
<p><b>26</b> Espirals amb tonyina (tomàquet, ceba i tonyina)</p> <p>Hamburguesa de pollastre amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>27</b> Minestra de verdures (mongeta verda, pèsols, pastanaga i patata)</p> <p>Llom de porc arrebossat amb enciam i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>28</b> Amanida de cigrons (enciam, tomàquet, pastanaga ratllada i olives)</p> <p>Truita de patates i ceba amb escarola</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>29</b> Amanida de past (pinya, olives, tonyina i blat de moro)</p> <p>Croquetes de bacallà amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>30</b> Arròs integral amb verdures s/f.secs (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga i mongetes verdes)</p> <p>Pernilets de pollastre al allet amb patates fregides</p> <p>Gelat i pa integral</p>

Els nostres menús estan supervisats per un dietista - nutricionista col·legiat (Núm. CAT1031) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable a l'etapa escolar. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). La vedella i l'ou seran ecològics. El pollastre és de corral. Les postres lactíes són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral i són sense sucre. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques. RSIPAC: 26.06772/CAT RGSEA: 26.12608/B

