

Març 2024

ESCOLA CARLIT

MENÚ SENSE OU NI FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
---------	---------	----------	--------	-----------



4
CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA
FIDEUÀ **SENSE OU** AMB
DAUS DE RAP (S/MARINERA)
IOGURT

5
MINESTRA DE VERDURES
CASOLANA I PÈSOLS
BOTIFARRA DE PAGÈS AMB
AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

6
SOPA DE L'ÀVIA **AMB PASTA SENSE
OU**
"TRUITA VEGANA DE PATATA I
FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O CARN
PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM
(S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

7
LLENTIES ESTOFADES AMB
CARBASSA
LLUÇ AL FORN AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

8
ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ
POLLASTRE A LES FINES HERBES
AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

11
ARRÒS TRES DELICIES (PÈSOLS,
PASTANAGA I PERNIL)
PEIX AMB SALSETA
IOGURT

12
MONGETA TENDRA AMB PATATA
OLLA BARRETJADA AMB CIGRONS
FRUITA DEL TEMPS

13
**MACARRONS SENSE OU AMB OLI I
ALFÀBREGA (S/FORMATGE)**
POLLASTRE AL FORN AMB
AMANIDA D'ENCIAM (S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

14
PURÉ DE CARBASSÓ AMB
CROSTONS CASOLANS
PIZZA CASOLANA (**FORMATGE
S/OU O SENSE**) AMB AMANIDA
(S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

15
SOPA DE POLLASTRE, CEBA,
PASTANAGA I ARRÒS
"TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I
FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" AMB
AMANIDA D'ENCIAM (S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

18
COLIFLOR AMB PATATA
"TRUITA VEGANA DE FARINA DE
CIGRÓ ESPECIAL I VERDURES" AMB
FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM
(S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

19
AMANIDA COMPLETA (S/PIPES)/
CREMA DE VERDURES
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB VERDURES ECO
FRUITA DEL TEMPS

20
SOPA DE **PASTA SSENSE OU**
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES
AMB ENCIAM (S/PIPES)
"TORRIJA" CASOLANA **S/OU O FRUITA**

21
ARRÒS AMB VERDURES
ECOLÒGIQUES
MARMITAKO DE PEIX O PEIX FRESC
FRUITA DEL TEMPS

22
**ESPAGUETTIS SENSE OU A LA
CARBONARA**
**HAMBURGUESA SENSE OU (SENSE
PA) AMB PATATES FREGIDES**
**GELAT SENSE OU NI FRUITS SECS O
IOGURT**

25
SET

26
MA

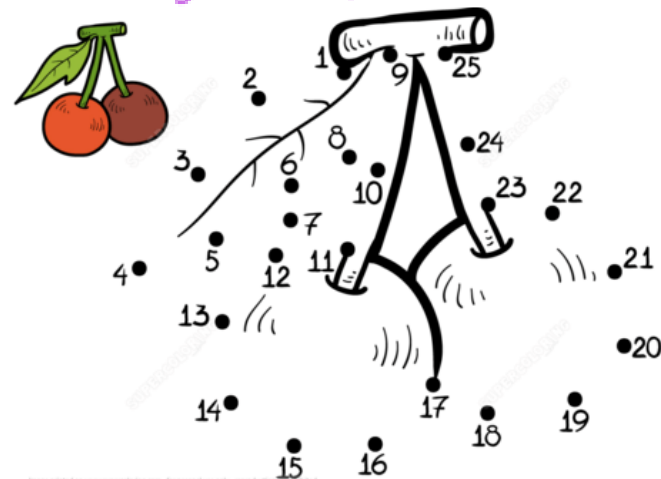
27
NA

28
SAN

29
TA

Les fruites del temps són: taronja, mandarina, poma, pera, plàtan,...Descobreix-les totes [aquí](#)
Es servirà pa integral.
Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.
Ús de sal lodada per cuinar.
Hi ha aigua potable accessible pels infants.
Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%
Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...
Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.
Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

*Segueix els números i
aconseguiràs fer el dibuix!*



Un cop al mes, unes postres casolanes