

Maig 2024

ESCOLA CARLIT

MENÚ SENSE OU NI PEIX

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1

FESTIU

2

ESPAGUETIS SENSE OU A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE)
"TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA
AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

3

CIGRONS SALTATS O ESTOFATS
POLLASTRE A LA L LIMONA (SENSE OU) AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

4

AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES
FIDEUS SENSE OU A LA CASSOLA (S/PEIX)
FRUITA DEL TEMPS

7

LLENTIES ECOLÒGIQUES GUISADES AMB HORTALISSES
"TRUITA VEGANA D'ESPINACS I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" AMB AMANIIDA
FRUITA DEL TEMPS

8

CREMA DE CARBASSÓ ECOLÒGICA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9

TRINXAT DE BLEDA, CARBASSA I PATATA
SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRASOL
IOGURT

10

ARRÒS AMB BLAT DE MORO I OLIVES
CARN AMB SALSETA
FRUITA DEL TEMPS

13

PASTA SENSE OU AMB PESTO DE BRÒCOLI (S/FORMATGE)
"TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA
AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14

ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15

SOPA DE PASTA SENSE OU
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16

CREMA DE VERDURES ECOLÒGIQUES
MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU
FRUITA DEL TEMPS

17

FESTIU

20

FESTIU

21

ARRÒS AMB VERDURES ECOLÒGIQUES
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE OU AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22

AMANIDA DE PASTA SENSE OU AMB OLIVES I BLAT DE MORO
CARN O LLEGUM AMB Salsa DE TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

23

PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA
HAMBURGUESA MIXTA (SENSE OU) AMB AMANIDA
IOGURT

24

MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
FRUITA DEL TEMPS

27

SOPA VEGETAL AMB ARRÒS ECO
"TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

28

AMANIDA D'ESTIU (PATATA, OLIVES I BLAT DE MORO)(S/TONYINA)
CIGRONS ECOLÒGICS ESTOFATS AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29

GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (PASTA SENSE OU AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I Salsa DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE, CEBA, PEBROT I Salsa DE SOJA) AMB AMANIDA
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO)

30

MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS
ARRÒS VEGETAL
FRUITA DEL TEMPS

31

PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS
MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O CARN PLANXA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... 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 iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya

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.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats

