

ESCOLA DE BORDILS

BASAL - OCTUBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, us dirigiu a la coordinadora del menjador: Ceci Garrido, de 9:30 a 10h a l'escola.

Consell del mes!

Des del dia 22 de setembre som a la tardor. M'agrada molt utilitzar tots els productes de temporada com pastanagues, api, carxofa, bròquil, coliflor... També és l'època dels bolets! Gaudeixo molt anant-los a buscar, cuinant-los després i menjant-los per últim. Però ja sabeu que sempre vinc amb alguna recomanació... avui, pollastre a la tardor! Barrejo en un bol farigola seca, romaní, all, panses, sal i oli i ho deixem reposar. Aquesta barreja la podem llençar sobre mig pollastre trossejat i net. Un cop està tot integrat, ho posem al forn durant 40 minuts a 190 graus. A dinar!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i amanida de tomata Lluç al forn amb salsa verda logurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de fruits secs, truita de patates i ceba i fruita	Vichyssoise amb pipes Macarrons a la bolonyesa amb sofregit de carn, ceba i tomata Fruita ECO Gaspatxo, entrepà d'hamburguesa de vedella, tomata i ceba i fruita	Arròs integral amb pèsols, pastanaga, mongeta i saltejat amb soja ECO ECO Peix fresc amb acompanyament Fruita ECO Crema de verdures, brotxetes de pollastre i verdura amb amanida i iogurt	Amanida verda d'enciam ECO amb tomata Trinxat de patata, bledes i mongeta blanca ECO amb daus de gall d'indi a la planxa Postre làctic de la cuinera Tallarines al pesto, orada al forn amb tomata al forn i fruita
Minestra de verdures (pèsol, pastanaga, mongeta verda i patata) Truita a la francesa amb canonges i olives Fruita ECO Amanida de tonyina, pa amb tomata i formatge i fruita	Espirals al pesto Lluç al forn amb enciam ECO i tomata logurt ECO amb fruita triturada natural Arròs tres delícies, verat al forn amb amanida i fruita	Amanida de patata amb pebrot vermell, olives verdes i tomata Hamburguesa de vedella ECO a la planxa amb enciam ECO i pastanaga Fruita ECO Amanida de pasta, llenguado a la planxa i fruita	Amanida d'arròs amb tomata, enciam i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb xips Fruita Falses migues de coliflor saltejades amb pernil, ou ferrat amb pa i fruita	Crema de carbassó amb pipes de carbassa Mandonguilles de llegum amb salsa de tomata i pastanaga Fruita Puré de patata gratinat, gall d'indi a la planxa amb albergínia i fruita
Espaguetis amb salsa de tomata natural i soja ECO texturitzada ECO Lluç a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Espinacs saltejats amb panses i pinyons, costelles de xai a la brasa i fruita	Menestra de verdures (patata, mongeta, pastanaga i pèsol) Filet de pollastre arrebossat de la cuinera amb xampinyons saltejats amb all i julivert Fruita Amanida de blat amb olives, pastanaga, formatge fresc i salmó, pa i fruita	Arròs tres delícies amb pèsol, pastanaga i pernil salat Truita de tonyina amb enciam ECO i tomata Fruita ECO Gaspatxo, conill a la planxa amb xampinyons i ceba i fruita	 Amanida caprese Pizza de pernil i formatge Gelat	Puré de patata al forn amb formatge Peix fresc segons mercat i amanida d'enciam ECO i pastanaga ratllada Fruita Crema de patata i pastanaga, rap al forn amb ceba i fruita
Fideuada amb sofregit de ceba i verdures Truita d'espinacs amb xampinyons saltejats Fruita Bròquil amb patata, bistec de vedella amb pastanaga i fruita	Ensaladilla Russa (patata i verdura bullida, olives i maionesa) Salsitxes de porc al forn amb salsa de tomata Fruita ECO Escalivada amb patates, gall d'indi a la planxa i fruita	Crema de pastanaga i carbassó Macarrons amb bolonyesa de llenties, tomata i ceba Fruita ECO Timbal d'arròs amb verdures, salmó a la planxa i fruita	Arròs amb salsa de tomata natural Peix fresc amb daus de carabassó al forn logurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de tomàquet i olives negres, truita a la francesa amb pa amb tomàquet i iogurt	Mongeta, pastanaga, patata i pèsol bullit Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam ECO i olives Fruita ECO Amanida variada amb fruits secs, rap amb patata al forn i fruita
FESTIU	FESTIU	Espaguetis integrals a la napolitana amb salsa tomata Lluç a la planxa amb enciam ECO i tomata Fruita Crema de verdures, verat a la planxa amb tomata amanit i fruita	Mongeta blanca ECO i patata amb un rajolí d'oli d'oliva Filet de gall d'indi a la planxa amb canonges i cogombre Fruita ECO Cuscús amb verdures, llenguado a la planxa i fruita	

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.

ESCOLA DE BORDILS

VEGETARIÀ - SETEMBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, us dirigeu a la coordinadora del menjador: Ceci Garrido, de 9:30 a 10h a l'escola.

Consell del mes!

Des del dia 22 de setembre som a la tardor. M'agrada molt utilitzar tots els productes de temporada com pastanagues, api, carxofa, bròquil, coliflor... També és l'època dels bolets! Gaudeixo molt anant-los a buscar, cuinant-los després i menjant-los per últim. Però ja sabeu que sempre vinc amb alguna recomanació... avui, pollastre a la tardor! Barreja en un bol farigola seca, romaní, all, panses, sal i oli i ho deixem reposar. Aquesta barreja la podem llençar sobre mig pollastre trossetjat i net. Un cop està tot integrat, ho posem al forn durant 40 minuts a 190 graus. A dinar!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i amanida tomata Seità al forn amb canonges i pastanaga ratllada logurt ECO amb fruita triturada natural	Vichyssoise amb pipes Macarrons a la bolonyesa amb sofregit de ceba i tomata Fruita ECO	Arròs integral amb pèsols, pastanaga, mongeta i saltejat amb soja ECO ECO Tofu macerat amb acompanyament Fruita ECO	Amanida verda d'enciam ECO amb tomata Trinxat de patata, bledes i mongeta blanca ECO amb daus de tofu a la planxa Postre làctic de la cuinera
Minestra de verdures (pèsol, pastanaga, mongeta verda i patata) Truita a la francesa amb canonges i olives Fruita ECO	Espirals al pesto Tofu al forn amb enciam ECO i tomata logurt ECO amb fruita triturada natural	Amanida de patata amb pebrot vermell, olives verdes i tomata Hamburguesa de vegetal a la planxa amb enciam ECO i pastanaga Fruita ECO	Amanida d'arròs amb tomata, enciam i pastanaga Llom de seità al forn amb xips Fruita	Crema de carbassó amb pipes de carbassa Mandonguilles de llegum amb salsa de tomata i pastanaga Fruita
Espaguetis amb salsa de tomata natural i soja ECO texturitzada ECO Filet de tofu a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO	Menestra de verdures (patata, mongeta, pastanaga i pèsol) Seità arrebossat de la cuinera amb xampinyons saltejats amb all i julivert Fruita	Arròs amb pèsol i pastanaga Truita a la francesa amb enciam ECO i tomata Fruita ECO	Amanida caprese Pizza de bolets i tomata Gelat	Puré de patata al forn amb formatge Filet de tofu amb amanida d'enciam ECO i pastanaga ratllada Fruita
Fideuada amb sofregit de ceba i verdures Truita d'espínacs amb xampinyons saltejats Fruita Bròquil amb patata, bistec de vedella amb pastanaga i fruita	Ensaladilla Russa (patata i verdura bullida, olives i maionesa) Hamburguesa vegetal al forn amb salsa de tomata Fruita ECO Escalivada amb patates, gall d'indi a la planxa i fruita	Crema de pastanaga i carbassó Macarrons amb bolonyesa de llenties, tomata i ceba Fruita ECO Timbal d'arròs amb verdures, salmó a la planxa i fruita	Arròs amb salsa de tomata natural Tofu al forn a les fines herbes amb acompanyament logurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de tomàquet i olives negres, truita a la francesa amb pa amb tomàquet i iogurt	Mongeta, pastanaga, patata i pèsol bullit Seità a la planxa amb amanida d'enciam ECO i olives Fruita ECO Amanida variada amb fruits secs, rap amb patata al forn i fruita
28 FESTIU	29 FESTIU	30 Espaguetis integrals a la napolitana amb salsa tomata natural a banda Tofu macerat a la llimona a la planxa amb enciam ECO i tomata Fruita	31 Mongeta blanca ECO i patata amb un rajolí d'oli d'oliva Filet de seità a la planxa amb canonges i blat de moro Fruita ECO	

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.

ESCOLA DE BORDILS

SENSE GLUTEN - OCTUBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, us dirigiu a la coordinadora del menjador: Ceci Garrido, de 9:30 a 10h a l'escola.

Consell del mes!

Des del dia 22 de setembre som a la tardor. M'agrada molt utilitzar tots els productes de temporada com pastanagues, api, carxofa, bròquil, coliflor... També és l'època dels bolets! Gaudeixo molt anant-los a buscar, cuinant-los després i menjant-los per últim. Però ja sabeu que sempre vinc amb alguna recomanació... avui, pollastre a la tardor! Barrejo en un bol farigola seca, romaní, all, panses, sal i oli i ho deixem reposar. Aquesta barreja la podem llençar sobre mig pollastre trossetat i net. Un cop està tot integrat, ho posem al forn durant 40 minuts a 190 graus. A dinar!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i amanida de tomata Lluç al forn amb salsa verda logurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de fruits secs, truita de patates i ceba i fruita	Vichyssoise amb pipes Macarrons S/G a la bolonyesa amb sofregit de carn, ceba i tomata Fruita ECO Gaspatxo, entrepà d'hamburguesa de vedella, tomata i ceba i fruita	Arròs integral amb pèsols, pastanaga, mongeta i saltejat amb soja ECO ECO Peix fresc amb acompanyament Fruita ECO Crema de verdures, brotxetes de pollastre i verdura amb amanida i iogurt	Amanida verda d'enciam ECO amb tomata Trinxat de patata, bledes i mongeta blanca ECO amb daus de gall d'indi a la planxa Postre làctic de la cuinera Tallarines sense gluten al pesto, orada al forn amb tomata al forn i fruita
Minestra de verdures (pèsol, pastanaga, mongeta verda i natatal) Truita a la francesa amb canonges i olives Fruita ECO Amanida de tonyina, pa sense gluten amb tomata i formatge i fruita	Espirals S/G amb pesto a banda Lluç al forn amb enciam ECO i tomata logurt ECO amb fruita triturada natural Arròs tres delícies, verat al forn amb amanida i fruita	Amanida de patata amb pebrot vermell, olives verdes i tomata Hamburguesa de vedella ECO a la planxa amb enciam ECO i pastanaga Fruita ECO Amanida de pasta sense gluten, llenguado a la planxa i fruita	Amanida d'arròs amb tomata, enciam i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb xips Fruita Falses migues de coliflor saltejades amb pernil, ou ferrat amb pa sense gluten i fruita	Crema de carbassó amb pipes de carbassa Mandonguilles de llegum amb salsa de tomata i pastanaga Fruita Puré de patata gratinat, gall d'indi a la planxa amb albergínia i fruita
Espaguetis S/G amb salsa de tomata natural i soja ECO texturitzada ECO Lluç a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Espinacs saltejats amb panses i pinyons, costelles de xai a la brasa i fruita	Menestra de verdures (patata, mongeta, pastanaga i pèsol) Filet de pollastre arrebossat S/G de la cuinera amb xampinyons saltejats amb all i julivert Fruita Amanida de blat amb olives, pastanaga, formatge fresc i salmó, pa i fruita	Arròs tres delícies amb pèsol, pastanaga i pernil salat Truita de tonyina amb enciam ECO i tomata Fruita ECO Gaspatxo, conill a la planxa amb xampinyons i ceba i fruita	Amanida caprese Pizza de bolets i tomata Gelat Amanida de pinya i gambes, truita de patates amb pastanaga i iogurt	Puré de patata al forn amb formatge Peix fresc segons mercat i amanida d'enciam ECO i pastanaga ratllada Fruita Crema de patata i pastanaga, rap al forn amb ceba i fruita
Fideuada S/G amb sofregit de ceba i verdures Truita d'espinacs amb xampinyons saltejats Fruita Bròquil amb patata, bistec de vedella amb	Ensaladilla Russa (patata i verdura bullida, olives i maionesa) Salsitxes de porc al forn amb salsa de tomata Fruita ECO Escalivada amb patates, gall d'indi a la planxa i	Crema de pastanaga i carbassó Macarrons S/G amb bolonyesa de llenties, tomata i ceba Fruita ECO Timbal d'arròs amb verdures, salmó a la planxa	Arròs amb salsa de tomata natural Peix fresc amb daus de carabassó al forn logurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de tomàquet i olives negres, truita a la	Mongeta, pastanaga, patata i pèsol bullit Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam ECO i olives Fruita ECO Amanida variada amb fruits secs, rap amb patata
FESTIU	FESTIU	Espaguetis integrals S/G a la napolitana amb salsa tomata natural a banda Lluç a la planxa amb enciam ECO i tomata Fruita Crema de verdures, verat a la planxa amb tomata amanit i fruita	Mongeta blanca ECO i patata amb un rajolí d'oli d'oliva Filet de gall d'indi a la planxa amb canonges i blat de moro Fruita ECO Cuscús amb verdures, llenguado a la planxa i fruita	

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.

ESCOLA DE BORDILS

SENSE LACTOSA - OCTUBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, us dirigiu a la coordinadora del menjador: Ceci Garrido, de 9:30 a 10h a l'escola.

Consell del mes!

Des del dia 22 de setembre som a la tardor. M'agrada molt utilitzar tots els productes de temporada com pastanagues, api, carxofa, bròquil, coliflor... També és l'època dels bolets! Gaudeixo molt anant-los a buscar, cuinant-los després i menjant-los per últim. Però ja seieu que sempre vinc amb alguna recomanació... avui, pollastre a la tardor! Barrejo en un bol farigola seca, romaní, all, panses, sal i oli i ho deixem reposar. Aquesta barreja la podem llençar sobre mig pollastre trossetat i net. Un cop està tot integrat, ho posem al forn durant 40 minuts a 190 graus. A dinar!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i amanida de tomata Lluç al forn amb salsa verda logurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de fruits secs, truita de patates i ceba i fruita	Vichyssoise S/L amb pipes Macarrons a la bolonyesa amb sofregit de carn, ceba i tomata Fruita ECO Gaspatxo, entrepà d'hamburguesa de vedella, tomata i ceba i fruita	Arròs integral amb pèsols, pastanaga, mongeta i saltejat amb snia ECO Peix fresc amb acompanyament Fruita ECO Crema de verdures sense lactosa, brotxetes de pollastre i verdura amb amanida i iogurt sense lactosa	Amanida verda d'enciam ECO amb tomata Trinxat de patata, bledes i mongeta blanca ECO amb daus de gall d'indi a la planxa Postre làctic de la cuinera Tallarines al pesto, orada al forn amb tomata al forn i fruita
Minestra de verdures (pèsol, pastanaga, mongeta verda i natata) Truita a la francesa amb canonges i olives Fruita ECO Amanida de tonyina, pa amb tomata i formatge sense lactosa i fruita	Espirals amb oli i formatge S/L Lluç al forn amb enciam ECO i tomata logurt S/L amb fruita triturada natural Arròs tres delícies, verat al forn amb amanida i fruita	Amanida de patata amb pebrot vermell, olives verdes i tomata Hamburguesa de vedella ECO a la planxa amb enciam ECO i pastanaga Fruita ECO Amanida de pasta, llenguado a la planxa i fruita	Amanida d'arròs amb tomata, enciam i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb xips Fruita Falses migues de coliflor saltejades amb pernil, ou ferrat amb pa i fruita	Crema de carbassó amb pipes de carbassa Mandonguilles de llegum amb salsa de tomata i pastanaga Fruita Puré de patata gratinat, gall d'indi a la planxa amb albergínia i fruita
Espaguetis amb salsa de tomata natural i soja ECO texturitzada Lluç a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Espinacs saltejats amb panses i pinyons, costelles de xai a la brasa i fruita	Menestra de verdures (patata, mongeta, pastanaga i pèsol) Filet de pollastre arrebossat de la cuinera amb xampinyons saltejats amb all i julivert Fruita Amanida de blat amb olives, pastanaga, formatge fresc i salmó, pa i fruita	Arròs tres delícies amb pèsol, pastanaga i pernil salat Truita de tonyina amb enciam ECO i tomata Fruita ECO Gaspatxo, conill a la planxa amb xampinyons i ceba i iogurt sense lactosa	Amanida caprese Pizza de bolets i tomata Gelat S/L Amanida de pinya i gambes, truita de patates amb pastanaga i fruita	Puré de patata al forn amb formatge S/L Peix fresc segons mercat i amanida d'enciam ECO i pastanaga ratllada Fruita Crema de patata i pastanaga, rap al forn amb ceba i fruita
Fideuada amb sofregit de ceba i verdures Truita d'espinacs amb xampinyons saltejats Fruita Bròquil amb patata, bistec de vedella amb pastanaga i fruita	Ensaladilla Russa (patata i verdura bullida, olives i maionesa S/L) Salsitxes de porc al forn amb salsa de tomata Fruita ECO Escalivada amb patates, gall d'indi a la planxa i fruita	Crema de pastanaga i carbassó Macarrons amb bolonyesa de lleties, tomata i ceba Fruita ECO Timbal d'arròs amb verdures, salmó a la planxa i fruita	Arròs amb salsa de tomata natural Peix fresc amb daus de carabassó al forn logurt S/L amb fruita triturada natural Amanida de tomàquet i olives negres, truita a la francesa amb pa amb tomàquet i iogurt	Mongeta, pastanaga, patata i pèsol bullit Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam ECO i olives Fruita ECO Amanida variada amb fruits secs, rap amb patata al forn i fruita
FESTIU	FESTIU	Espaguetis integrals a la napolitana amb salsa tomata natural a banda Lluç a la planxa amb enciam ECO i Fruita Crema de verdures, verat a la planxa amb tomata amanit i fruita	Mongeta blanca ECO i patata amb un rajolí d'oli d'oliva Filet de gall d'indi a la planxa amb Fruita ECO Cuscús amb verdures, llenguado a la planxa i fruita	

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.

ESCOLA DE BORDILS

SENSE GLUTEN NI LACTOSA - OCTUBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, us dirigiu a la coordinadora del menjador: Ceci Garrido, de 9:30 a 10h a l'escola.

Consell del mes!

Des del dia 22 de setembre som a la tardor. M'agrada molt utilitzar tots els productes de temporada com pastanagues, api, carxofa, bròquil, coliflor... També és l'època dels bolets! Gaudixo molt anant-los a buscar, cuinant-los després i menjant-los per últim. Però ja sabeu que sempre vinc amb alguna recomanació... avui, pollastre a la tardor! Barrejo en un bol farigola seca, romaní, all, panses, sal i oli i ho deixem reposar. Aquesta barreja la podem llençar sobre mig pollastre trossejat i net. Un cop està tot integrat, ho posem al forn durant 40 minuts a 190 graus. A dinar!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i amanida de tomata Lluç al forn amb salsa verda Iogurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de fruits secs, truita de patates i ceba i fruita	Vichyssoise S/LAC amb pipes Macarrons S/G a la bolonyesa amb sofregit de carn, ceba i tomata Fruita ECO Gaspatxo, entrepà d'hamburguesa de vedella, tomata i ceba i fruita	Arròs integral amb pèsols, pastanaga, mongeta i saltejat amb soia ECO Peix fresc amb acompanyament Fruita ECO Crema de verdures, brotxetes de pollastre i verdura amb amanida i iogurt sense lactosa	Amanida verda d'enciam ECO amb tomata Trinxat de patata, bledes i mongeta blanca ECO amb daus de gall d'indi a la planxa Postre làctic de la cuinera Tallarines sense gluten al pesto, orada al forn amb tomata al forn i fruita
Minestra de verdures (pèsol, pastanaga, mongeta verda i patata) Truita a la francesa amb canonges i olives Fruita ECO Amanida de tonyina, pa sense gluten amb tomata i pernil i fruita	Espirals S/G amb oli i formatge S/L Lluç al forn amb enciam ECO i tomata Iogurt S/L amb fruita triturada natural Arròs tres delícies, verat al forn amb amanida i fruita	Amanida de patata amb pebrot vermell, olives verdes i tomata Hamburguesa de vedella ECO a la planxa amb enciam ECO i pastanaga Fruita ECO Amanida de pasta sense gluten, llenguado a la planxa i fruita	Amanida d'arròs amb tomata, enciam i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb xips Fruita Falses migues de coliflor saltejades amb pernil, ou ferrat amb pa i fruita	Crema de carbassó sense lactosa amb pipes de carbassa Mandonguilles de llegum amb salsa de tomata i pastanaga Fruita Puré de patata gratinat, gall d'indi a la planxa amb albergínia i fruita
Espaguetis S/G amb salsa de tomata natural i soja texturitzada ECO Lluç a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Espinacs saltejats amb panses i pinyons, costelles de xai a la brasa i fruita	Menestra de verdures (patata, mongeta, pastanaga i pèsol) Filet de pollastre arrebossat S/G de la cuinera amb xampinyons saltejats amb all i julivert Fruita Amanida de blat sense gluten amb olives, pastanaga, formatge fresc i salmó, pa i fruita	Arròs tres delícies amb pèsol, pastanaga i pernil salat Truita de tonyina amb enciam ECO i tomata Fruita ECO Gaspatxo, conill a la planxa amb xampinyons i ceba i iogurt sense lactosa	Amanida caprese Pizza S/G de tomata i bolets Gelat S/L Amanida de pinya i gambes, truita de patates amb pastanaga i fruita	Puré de patata al forn amb formatge S/L Peix fresc segons mercat i amanida d'enciam ECO i pastanaga ratllada Fruita Crema de patata i pastanaga, rap al forn amb ceba i fruita
Fideuada S/G amb sofregit de ceba i verdures Truita d'espinacs amb xampinyons saltejats Fruita Bròquil amb patata, bistec de vedella amb pastanaga i fruita	Ensaladilla Russa (patata i verdura bullida, olives i maionesa S/L) Salsitxes de porc al forn amb salsa de tomata Fruita ECO Escalivada amb patates, gall d'indi a la planxa i fruita	Crema de pastanaga i carbassó Macarrons S/G amb bolonyesa de llenties, tomata i ceba Fruita ECO Timbal d'arròs amb verdures, salmó a la planxa i fruita	Arròs amb salsa de tomata natural Peix fresc amb daus de carbassó al forn Iogurt S/L amb fruita triturada natural Amanida de tomàquet i olives negres, truita a la francesa amb pa amb tomàquet i iogurt	Mongeta, pastanaga, patata i pèsol bullit Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam ECO i olives Fruita ECO Amanida variada amb fruits secs, rap amb patata al forn i fruita
FESTIU	FESTIU	Espaguetis S/G a la napolitana amb salsa tomata natural a banda Lluç a la planxa amb enciam ECO i Fruita Fruita Crema de verdures sense lactosa, verat a la planxa amb tomata amanit i fruita	Mongeta blanca ECO i patata amb un rajolí d'oli d'oliva Filet de gall d'indi a la planxa amb Fruita ECO Fruita ECO Cuscús amb verdures, llenguado a la planxa i fruita	

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.

ESCOLA DE BORDILS

SENSE PORC - OCTUBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, us dirigiu a la coordinadora del menjador: Ceci Garrido, de 9:30 a 10h a l'escola.

Consell del mes!

Des del dia 22 de setembre som a la tardor. M'agrada molt utilitzar tots els productes de temporada com pastanagues, api, carxofa, bròquil, coliflor... També és l'època dels bolets! Gaudeixo molt anant-los a buscar, cuinant-los després i menjant-los per últim. Però ja sabeu que sempre vinc amb alguna recomanació... avui, pollastre a la tardor! Barrejo en un bol farigola seca, romaní, all, panses, sal i oli i ho deixem reposar. Aquesta barreja la podem llençar sobre mig pollastre trossejat i net. Un cop està tot integrat, ho posem al forn durant 40 minuts a 190 graus. A dinar!

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i amanida de tomata Lluç al forn amb salsa verda Iogurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de fruits secs, truita de patates i ceba i fruita	Vichyssoise amb pipes Macarrons a la bolonyesa amb sofregit de carn de vedella, ceba i tomata Fruita ECO Gaspatxo, entrepà d'hamburguesa de vedella, tomata i ceba i fruita	Arròs integral amb pèsols, pastanaga, mongeta i saltejat amb soja ECO ECO Peix fresc amb acompanyament Fruita ECO Crema de verdures, brotxetes de pollastre i verdura amb amanida i iogurt	Amanida verda d'enciam ECO amb tomata Trinxat de patata, bledes i mongeta blanca ECO amb daus de gall d'indi a la planxa Postre làctic de la cuinera Tallarines al pesto, orada al forn amb tomata al forn i fruita
Minestra de verdures (pèsol, pastanaga, mongeta verda i patata) Truita a la francesa amb canonges i olives Fruita ECO Amanida de tonyina, pa amb tomata i formatge i fruita	Espirals al pesto Lluç al forn amb enciam ECO i tomata Iogurt ECO amb fruita triturada natural Arròs tres delícies, verat al forn amb amanida i fruita	Amanida de patata amb pebrot vermell, olives verdes i tomata Hamburguesa de vedella ECO a la planxa amb enciam ECO i pastanaga Fruita ECO Amanida de pasta, llenguado a la planxa i fruita	Amanida d'arròs amb tomata, enciam i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb xips Fruita Falses migues de coliflor saltejades amb pernil, ou ferrat amb pa i fruita	Crema de carbassó amb pipes de carbassa Mandonguilles de llegum amb salsa de tomata i pastanaga Fruita Puré de patata gratinat, gall d'indi a la planxa amb albergínia i fruita
Espaguetis amb salsa de tomata natural i soja ECO texturitzada ECO Lluç a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Espinacs saltejats amb panses i pinyons, costelles de xai a la brasa i fruita	Menestra de verdures (patata, mongeta, pastanaga i pèsol) Filet de pollastre arrebossat de la cuinera amb xampinyons saltejats amb all i julivert Fruita Amanida de blat amb olives, pastanaga, formatge fresc i salmó, pa i fruita	Arròs tres delícies amb pèsol, pastanaga i pernil salat Truita de tonyina amb enciam ECO i tomata Fruita ECO Gaspatxo, conill a la planxa amb xampinyons i ceba i fruita	 Amanida caprese Pizza de bolets i tomata Gelat Amanida de pinya i gambes, truita de patates amb pastanaga i iogurt	Puré de patata al forn amb formatge Peix fresc segons mercat i amanida d'enciam ECO i pastanaga ratllada Fruita Crema de patata i pastanaga, rap al forn amb ceba i fruita
Fideuada amb sofregit de ceba i verdures Truita d'espinacs amb xampinyons saltejats Fruita Bròquil amb patata, bistec de vedella amb pastanaga i fruita	Ensaladilla Russa (patata i verdura bullida, olives i maionesa) Salsitxes de pollastre al forn amb salsa de tomata Fruita ECO Escalivada amb patates, gall d'indi a la planxa i fruita	Crema de pastanaga i carbassó Macarrons amb bolonyesa de lleties, tomata i ceba Fruita ECO Timbal d'arròs amb verdures, salmó a la planxa i fruita	Arròs amb salsa de tomata natural Peix fresc amb daus de carbassó al forn Iogurt ECO amb fruita triturada natural Amanida de tomàquet i olives negres, truita a la francesa amb pa amb tomàquet i iogurt	Mongeta, pastanaga, patata i pèsol bullit Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam ECO i olives Fruita ECO Amanida variada amb fruits secs, rap amb patata al forn i fruita
FESTIU	FESTIU	Espaguetis integrals a la napolitana amb salsa tomata natural a banda Lluç a la planxa amb enciam ECO i Fruita Crema de verdures, verat a la planxa amb tomata amanit i fruita	Mongeta blanca ECO i patata amb un rajolí d'oli d'oliva Filet de gall d'indi a la planxa amb Fruita ECO Cuscús amb verdures, llenguado a la planxa i fruita	

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.

