

Novembre 2023

ESCOLA SANTA CATERINA

MENÚ BASAL

Les fruites del temps són: kiwi, mandarina, mango, poma,...
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 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.

DILLUNS



DIMARTS



DIMECRES

1
FESTIU

DIJOUS

2
LLENTIES GUISADES
"MANDONGUILLES" DE LLUÇ I CALAMAR" AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES

3
ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORT
CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

6
PURÉ DE NAP I PASTANAGA
FIDEUÀ MARINERA
FRUITA DEL TEMPS

7
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

8
COLIFLOR AMB PATATA
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

9
SOPA DE BROU AMB PISTONS
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA
IOGURT

10
RISOTTO DE BOLETS
HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

13
LLENTIES A LA RIOJANA
OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

14
ESPAGUETIS AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE
ESTOFAT DE GALL D'INDI A LA JARDINERA
FRUITA DEL TEMPS

15
ARRÒS AMB TOMÀQUET
CALAMARS EN SALSÀ
FRUITA DEL TEMPS

16
CREMA DE PORROS AMB CROSTONS
CUIXA DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
IOGURT

17
BLEDES AMB PATATES SALTEJADES AMB ALLET
PIZZA CASOLANA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

20
ARRÒS CALDÒS
PEIX AMB SUAU MUSSOLINA D'ALLIOLI I AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

21
PURÉ DE CARBASSA
TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22
OLLA BARREJADA DE CIGRONS AMB COL I PASTANAGA
DELICIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

23
GASTRONÒMICA HONGRÍA
"HALASZLE" (SOPA DE PEIX AMB PEBRE VERMELL, PASTA I PEIX)
"PORKOLT" (GUISAT DE CARN AMB PATATES
"PALACSINTA" ("TORTITAS"))

24
FESTIU

27
MINESTRA DE VERDURES
PAELLA MARINERA
FRUITA DEL TEMPS

28
MONGETES ESTOFADES
TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

29
CREMA DE CARBASSÓ
MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSÀ DE TOMÀQUET I VERDURETES
FRUITA DEL TEMPS

30
TALLARINS AMB VERDURES I SALSÀ DE SOIA
PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLIMONA AMB AMANIDA
IOGURT

Sopa de lletres de la tardor



Un cop al mes, postre casolà

