

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS **MENÚ ABRIL 2016 VEGETERIA**

CURS 2015-2016

Tif. 691436020-938483226

**AMB FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA (poma, pera, kiwi, taronja, plàtan), ECOLÒGICA I DE PROXIMITAT OUS ECOLÒGICS. PEIX FRESC. IOGURTS D'OVELLA ARTESANS. MELMELADES FETES A L'ESCOLA.**

*Recordeu que podeu fer qualsevol consulta referent a la cuina o al menjador de l'Escola, trucant a l'AMPA, i parlant amb la Coordinadora, Sílvia.*



DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
<ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis a la carbonara vegetal</li> <li>Salsitxes vegetals i pastanaga</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb sofregit de tomàquet i formatge ratllat.</li> <li>Hamburguesa vegetal amb amanida.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures del temps amb sèsam i pa torrat.</li> <li>Tofu a la planxa i fulles d'enciam.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Platet d'humus de cigró amb bastonets torrats.</li> <li>Truita de verdures amb enciam</li> </ul> <p>Iogurt amb mel i nous</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Col de brussel.les amb patates.</li> <li>Llibrets de seitan (formatge) amb enciam i germinats.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
<ul style="list-style-type: none"> <li>Espirals de colors amb salsa de tomàquet i formatge ratllat.</li> <li>Remenat d'ou i xampinyons amb amanida. Torradeta amb paté vegetal fet a l'escola.</li> </ul> <p>Batut de iogurt i plàtan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pastís fred de patata amb tomàquet, olives, pebrots del piquillo i salsa rosa.</li> <li>Hamburguesa vegetal amb pastanaga ratllada.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs blanc amb salsa de verdures.</li> <li>Llegum amb amanida.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de lleties amb vinagreta amb un montonet d'arròs integral</li> <li>Estofat de seitan amb patates i pèsols.</li> </ul> <p>Iogurt amb compota de poma</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata amb espinacs</li> <li>Tofu a la planxa amb formatge fos, amb amanida de pastanaga, poma ratllada i suc de llimona</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta amb oli d'oliva i formatge ratllat.</li> <li>Salsitxa vegetal amb daus de patates fregides.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<p>.Amanida : enciam, pastanaga ratllada, olives negres i tonyina. Ou dur. Blat de moro (quicos)</p> <p>.Truita vegana: de lleties vermelles amb ceba ofegada acompanyada de cereal.</p> <p>Plàtan amb iogurt de llet d'ovella coco ratllat i fideus de xocolata.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa vegetal amb arròs.</li> <li>Llegum amb enciam i pastanaga.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis amb sofregit de verdures i formatge</li> <li>Ou dur amb amanida i germinats.</li> </ul> <p>Gelatina agar-agar de pinya i poma</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures del temps.</li> <li>Bistec de seitan arrebossat amb pastanaga ratllada.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida amb olives.</li> <li>Seitan a la jardinera (pastanaga i pèsol) amb patates de Mosqueroles.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta: Cous-cous a la menta amb tomaquet</li> <li>Ous al plat acompanyats amb pa</li> </ul> <p>Maduixots amb xocolata desfeta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Empedrat de mongetes olives, tomàquet, amb molta escarola i vinagreta de poma i api.</li> <li>Quinoa amb romesco.</li> </ul> <p>Iogurt de llet d'ovella amb melmelada feta a l'escola.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patates al forn amb oli i herbetes.</li> <li>Salsitxes vegetals amb amanida i pa amb tomàquet.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb herbetes</li> <li>Hamburguesa vegetal feta a l'escola amb enciam.</li> </ul> <p>Fruita del temps</p>

