

MENJADOR ESCOLA MATAGALLS MENÚ VEGETARIÀ PRIMAVERA MAIG 2016

CURS 2015-2016

AMB FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA ECOLÒGICA I DE PROXIMITAT

Tif. 691436020-938483226

OUS ECOLÒGICS, IOGURTS D'OVELLA ARTESANS. COMPOTA FETA 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 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOURS 5	DIVENDRES 6
<ul style="list-style-type: none"> Polenta amb formatge ratllat. Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida. <p><i>Fruita del temps</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis integrals amb trinxat de proteïna vegetal i salsa de tomàquet. Seitan arrebossat amb blat de moro torrat (quicos), amb amanida i vinagreta de poma i api. <i>Gelatina agar-agar</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verdures amb pèsols frescos, sèsam i pa torrat. Salsitxe vegetal acompanyada de pastanaga ratllada. <p><i>Fruita del temps</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Platet d'humus de cigró amb bastonets torrats. Truita de patates amb enciam i sèsam torrat. <p><i>Iogurt d'ovella.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Amanida amb llavors de carbassa i gira-sol torrades. Llibrets de seitan amb formatge i patates amb pell al forn amb oli d'herbes de primavera. <p><i>Fruita del temps</i></p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOURS 12	DIVENDRES 13
<ul style="list-style-type: none"> Espirals de colors amb salsa de tomàquet i formatge ratllat. Remenat d'ou i xampinyons amb amanida. Torradeta amb paté fet a l'escola. <p><i>Fruita del temps</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Pastís fred de patata amb tomàquet, olives, pebrots del piquillo i salsa rosa. Nuggets vegetal amb pastanaga ratllada. <p><i>Maduixots amb iogurt d'ovella</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Arròs blanc amb tomàquet. Salsitxe vegetal acompanyat de pastanaga i poma ratllada amb suc de llimona. <p><i>Fruita del temps</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Amanida d'enciam amb lleties pardines i vinagreta. Arròs integral amb pipes <p><i>Iogurt amb compota de poma feta a l'Escola.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de verdures amb fideus. Seitan a la planxa amb formatge fós acompanyat de crispetes <i>Gelat de maduixa fet a l'Escola.</i>
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOURS 19	DIVENDRES 20
	<ul style="list-style-type: none"> Amanida : Enciam, bulgur, pastanaga ratllada, olives negres i ou dur. Truita vegetal de lleties vermelles acompanyada de pastanaga ratllada. <p><i>Maduixots amb xocolata desfeta.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Amanida d'enciam, tomàquet i olives. Paella de verdures. <p><i>Fruita del temps</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Crema de xampinyons i porro amb mill. Tofu arrebossat al forn amb enciam, pastanaga ratllada i germinats. <p><i>Plàtan amb iogurt de llet d'ovella coco ratllat i fideus de xocolata.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Amanida d'enciam i germinats, Cus-cus amb verdures i seitan aromes del Marroc. <p><i>Fruita del temps</i></p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOURS 26	DIVENDRES 27
<ul style="list-style-type: none"> Amanida amb fruits secs. Pa de pagès amb tomàquet. Macarrons amb soja texturitzada i salsa de tomàquet. <p><i>Fruita del temps</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Polenta amb oli d'oliva i formatge. Tofu amb daus de patates. <p><i>Fruita del temps</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Empedrat de mongetes seques (tonyina, olives, tomàquet...) Amb vinagreta de poma i api. Salsitxes vegetals amb enciam <p><i>Iogurt de llet d'ovella amb compota feta a l'escola.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Patata i pèsol amb ou dur Seitan amb crema de xampinyons i pebre suau. <p><i>Fruita del temps</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb salsa de tomàquet i triturat de llavors. Nuggets amb amanida <p><i>Fruita del temps</i></p>