

**MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE** 

MES: Setembre 2019

COL·LEGI: COR DE MARIA MATARO

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

2	3	4	5	6
9	10	11	12 Espaguetis bolonyesa Delícies de lluç amb amanida de tomàquet Fruita i pa	13 Ensalada russa Pollastre rostit al romaní amb amanida de enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa
16 Amanida de lleties Truita de patates amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt natural i pa	17 Arròs saltat amb xampinyons Llom rostit amb fines herbes amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	18 Espirals amb tomàquet Filet de lluç amb patates panadera Fruita i pa	19 Crema de carbassó Pit de pollastre arrebossat amb amanida amb enciam i quinoa Fruita i pa	20 Amanida de pasta Rap amb salsa verda amb enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa
23 Ensalada russa Mandonguilles amb salsa de xampinyons logurt i pa	24 Amanida campera Filet de lluç a la planxa amb all i julivert amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa <b>integral</b>	25 Cigrons amb tomàquet i ou dur Truita de formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	26 <b>Paella d'arròs integral amb verdures</b> Caella empanada amb amanida de enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	27 Espirals napolitana (amb pastanaga) Wok de gall dindi amb verduretes amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa
30 Pèsols saltats amb bacó Botifarra al forn amb enciam, tomàquet i pastanaga logurt i pa				