

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ NOVEMBRE 21

CURS 2021-22

FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA, ECOLÒGICA I DE PROXIMITAT. ARRÒS I CEREAL INTEGRAL I LLEGUM ECOLÒGICS










Tif. 691436020-938483226

OUS ECOLÒGICS, PEIX FRESC, IOGURTS D'OVELLA ARTESANS, COMPOTES FETES A L'ESCOLA.

\*La FRUITA DEL TEMPS serà: caqui, plàtan de Canàries, mandarina i taronja

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 Vilà



	<b>DIMARTS 2</b>	<b>DIMECRES 3</b>	<b>DIJOURS 4</b>	<b>DIVENDRES 5</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Amanida de tardor amb enciams, panses, formatge i codonyat</li><li>- Arròs de bacallà </li><li>- Fruita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Crema de lletia vermella</li><li>- Coca de recapte amb escalivada i Canonges amb gomassi</li><li>- Batut de pinya i plàtan amb beguda vegetal de civada</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Trinxat de moniato, col i patata amb tofu fumat</li><li>- Ou dur amb pastanaga ratllada i cibulet </li><li>- Fruita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Espirals de colors amb salsa de remolatxa i orenga i formatge ratllat</li><li>- Botifarra de porc amb xips de moniato</li><li>- Fruita</li></ul>
<b>DILLUNS 8</b>	<b>DIMARTS 9</b>	<b>DIMECRES 10</b>	<b>DIJOURS 11</b>	<b>DIVENDRES 12</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Crema de carbassó amb canonges</li><li>- Macarrons amb bolonyesa vegetal</li><li>- Fruita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cigrons guisats amb verduretes</li><li>- Peix al forn amb maionesa i formatge</li><li>- Fruita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cous cous amb salsa de tomàquet</li><li>- Mongetes estofades amb espinacs tendres amanits</li><li>- Iogurt d'ovella amb compota feta a l'escola</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Polenta amb formatge</li><li>- Aletes de pollastre marinades i col amanida</li><li>- Fruita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sopa de peix amb arròs</li><li>- Truita de patates i ceba amb amanida de remolatxa </li><li>- Fruita</li></ul>
<b>DILLUNS 15</b>	<b>DIMARTS 16</b>	<b>DIMECRES 17</b>	<b>DIJOURS 18</b>	<b>DIVENDRES 19</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Mill amb salseta de tomàquet i remolatxa</li><li>- Ous al forn amb verduretes</li><li>- Fruita </li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Crema de verdures amb sèsam i pipes torrades</li><li>- Cassoleta de sípia amb patates i pèsols </li><li>- Fruita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Trinxat de patata i blada</li><li>- Fideus a la cassola de verduretes</li><li>- Fruita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Arròs a l'allet amb panses</li><li>- Fricandó de vedella amb bolets</li><li>- Fruita </li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Amanida de quinoa i magrana</li><li>- Llenties guisades amb carabassa</li><li>- Iogurt d'ovella amb mel</li></ul>
<b>DILLUNS 22</b>	<b>DIMARTS 23</b>	<b>DIMECRES 24</b>	<b>DIJOURS 25</b>	<b>DIVENDRES 26</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Bulgur amb olives, cogombre i menta</li><li>- Bacallà amb tomàquet</li><li>- Postres de músic : Fruits secs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Crema de verdures amb crostonets de pa</li><li>- Ous remenats amb gambetes i remolatxa ratllada</li><li>- Fruita </li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Espaguetis al pesto vegà</li><li>- Hummus amb bastonets de pastanaga</li><li>- Iogurt d'ovella amb panela</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Puré de patata i mongeta tendra</li><li>- Gall d'indi al forn amb pastanaga ratllada </li><li>- Batut de iogurt d'ovella i plàtan</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Amanida amb fesols i ravenets</li><li>- Arròs de verduretes</li><li>- Fruita </li></ul>
<b>DILLUNS 29</b>	<b>DIMARTS 30</b>			
<ul style="list-style-type: none"><li>- Macarrons amb tonyina i tomàquet, gratinats al forn</li><li>- Truita de carbassó</li><li>- Fruita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sopa de verdures amb mill</li><li>- Seitan arrebossat amb pastanaga ratllada</li><li>- Fruita</li></ul>			

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ NOVEMBRE 21 (apte x celíacs)

CURS 2021-22

FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA, ECOLÒGICA I DE PROXIMITAT. ARRÒS I CEREAL INTEGRAL I LLEGUM ECOLÒGICS










Tlf. 691436020-938483226

OUS ECOLÒGICS, PEIX FRESC, IOGURTS D'OVELLA ARTESANS, COMPOTES FETES A L'ESCOLA.

\*La FRUITA DEL TEMPS serà: caqui, plàtan de Canàries, mandarina i taronja

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, Silvia Vilà



	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOURS 4	DIVENDRES 5
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida de tardor amb enciams, panses, formatge i codonyat</li> <li>- Arròs de bacallà</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de lletia vermella</li> <li>- Coca de recapte (<b>sense gluten</b>) amb escalivada i Canonges amb gomassi</li> <li>- Batut de pinya i plàtan amb beguda vegetal de civada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trinxat de moniato, col i patata amb tofu fumat</li> <li>- Ou dur amb pastanaga ratllada i cibulet</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espirals (<b>sense gluten</b>) amb salsa de remolatxa i orenga i formatge ratllat</li> <li>- Botifarra de porc amb xips de moniato</li> <li>- Fruita</li> </ul>
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOURS 11	DIVENDRES 12
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de carbassó amb canonges</li> <li>- Macarrons (<b>sense gluten</b>) amb bolonyesa vegetal</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cigrons guisats amb verdures</li> <li>- Peix al forn amb maionesa i formatge</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Arròs</b> amb salsa de tomàquet</li> <li>- Mongetes estofades amb espinacs tendres amanits</li> <li>- Iogurt d'ovella amb compota feta a l'escola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Polenta amb formatge</li> <li>- Aletes de pollastre marinades i col amanida</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de peix amb arròs</li> <li>- Truita de patates i ceba amb amanida de remolatxa</li> <li>- Fruita</li> </ul> 
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOURS 18	DIVENDRES 19
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mill amb salseta de tomàquet i remolatxa</li> <li>- Ous al forn amb verdures</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verdures amb sèsam i pipes torrades</li> <li>- Cassoleta de sípia amb patates i pèsols</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trinxat de patata i bleida</li> <li>- Fideus (<b>sense gluten</b>) a la cassola de verdures</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arròs a l'allet amb panses</li> <li>- Fricandó de vedella amb bolets</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida de quinoa i magrana</li> <li>- Lenties guisades amb carabassa</li> <li>- Iogurt d'ovella amb mel</li> </ul>
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOURS 25	DIVENDRES 26
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mill amb olives, cogombre i menta</li> <li>- Bacallà amb tomàquet</li> <li>- Postres de músic : Fruits secs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verdures amb crostonets de pa (<b>sense gluten</b>)</li> <li>- Ous remenats amb gambetes i remolatxa ratllada</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espaguetis (<b>sense gluten</b>) al pesto vegà</li> <li>- Hummus amb bastonets de pastanaga</li> <li>- Iogurt d'ovella amb panela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puré de patata i mongeta tendra</li> <li>- Gall d'indi al forn amb pastanaga ratllada</li> <li>- Batut de iogurt d'ovella i plàtan</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida amb fesols i ravenets</li> <li>- Arròs de verdures</li> <li>- Fruita</li> </ul> 
DILLUNS 29	DIMARTS 30			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Macarrons (<b>sense gluten</b>) amb tonyina i tomàquet, gratinats</li> <li>- Truita de carbassó</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de verdures amb mill</li> <li>- <b>Tofu</b> amb pastanaga ratllada</li> <li>- Fruita</li> </ul>			

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ NOVEMBRE 21 HALAL



CURS 2021-22

FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA, ECOLÒGICA I DE PROXIMITAT. ARRÒS I CEREAL INTEGRAL I LLEGUM ECOLÒGICS










Tif. 691436020-938483226

OUS ECOLÒGICS, PEIX FRESC, IOGURTS D'OVELLA ARTESANS, COMPOTES FETES A L'ESCOLA.

\*La FRUITA DEL TEMPS serà: caqui, plàtan de Canàries, mandarina i taronja

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 Vilà



	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida de tardor amb enciams, panses, formatge i codonyat</li> <li>- Arròs de bacallà </li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de llentia vermella</li> <li>- Coca de recapte amb escalivada i Canonges amb gomassi</li> <li>- Batut de pinya i plàtan amb beguda vegetal de civada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trinxat de moniato, col i patata amb tofu fumat</li> <li>- Ou dur amb pastanaga ratllada i cibulet </li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espirals de colors amb salsa de remolatxa i orenga i formatge ratllat</li> <li>- <b>Salsitxes de pollastre Halal</b> amb xips de moniato</li> <li>- Fruita</li> </ul>
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de carbassó amb canonges</li> <li>- Macarrons amb bolonyesa vegetal</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cigrons guisats amb verduretes</li> <li>- Peix al forn amb maionesa i formatge</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cous cous amb salsa de tomàquet</li> <li>- Mongetes estofades amb espinacs tendres amanits</li> <li>- Iogurt d'ovella amb compota feta a l'escola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Polenta amb formatge</li> <li>- Aletes de pollastre <b>Halal</b> marinades i col amanida</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de peix amb arròs</li> <li>- Truita de patates i ceba amb amanida de remolatxa </li> <li>- Fruita</li> </ul>
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mill amb salseta de tomàquet i remolatxa</li> <li>- Ous al forn amb verduretes</li> <li>- Fruita </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verdures amb sèsam i pipes torrades</li> <li>- Cassoleta de sípia amb patates i pèsols </li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trinxat de patata i bleida</li> <li>- Fideus a la cassola de verduretes</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arròs a l'allet amb panses</li> <li>- Fricandó de <b>pollastre Halal</b> amb bolets </li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida de quinoa i magrana</li> <li>- Llenties guisades amb carabassa</li> <li>- Iogurt d'ovella amb mel</li> </ul>
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bulgur amb olives , cogombre i menta</li> <li>- Bacallà amb tomàquet</li> <li>- Postres de músic : Fruits secs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verdures amb crostonets de pa</li> <li>- Ous remenats amb gambetes i remolatxa ratllada </li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espaguetis al pesto vegà</li> <li>- Hummus amb bastonets de pastanaga</li> <li>- Iogurt d'ovella amb panela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puré de patata i mongeta tendra</li> <li>- <b>Pollastre Halal</b> al forn amb pastanaga ratllada </li> <li>- Batut de iogurt d'ovella i plàtan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida amb fesols i ravenets</li> <li>- Arròs de verduretes </li> <li>- Fruita</li> </ul>
DILLUNS 29	DIMARTS 30			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Macarrons amb tonyina i tomàquet, gratinats al forn</li> <li>- Truita de carbassó</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de verdures amb mill</li> <li>- Seitan arrebossat amb pastanaga ratllada</li> <li>- Fruita</li> </ul>			

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ NOVEMBRE 21 OVO – LACTO VEGETARIÀ

CURS 2021-22

FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA, ECOLÒGICA I DE PROXIMITAT. ARRÒS I CEREAL INTEGRAL I LLEGUM ECOLÒGICS










Tif. 691436020-938483226

OUS ECOLÒGICS, PEIX FRESC, IOGURTS D'OVELLA ARTESANS, COMPOTES FETES A L'ESCOLA.

\*La FRUITA DEL TEMPS serà: caqui, plàtan de Canàries, mandarina i taronja

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, Silvia Vilà



	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida de tardor amb enciams, panses, formatge i codonyat</li> <li>- <b>Arròs amb verdures</b></li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de llentia vermella</li> <li>- Coca de recapte amb escalivada i Canonges amb gomassi</li> <li>- Batut de pinya i plàtan amb beguda vegetal de civada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trinxat de moniato, col i patata amb tofu fumat</li> <li>- Ou dur amb pastanaga ratllada i cibulet</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espirals de colors amb salsa de remolatxa i orenga i formatge ratllat</li> <li>- <b>Salsitxa vegetal</b> amb xips de moniato</li> <li>- Fruita</li> </ul>
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de carbassó amb canonges</li> <li>- Macarrons amb bolonyesa vegetal</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cigrons guisats amb verduretes</li> <li>- <b>Amanida amb cereals</b></li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cous cous amb salsa de tomàquet</li> <li>- Mongetes estofades amb espinacs tendres amanits</li> <li>- Iogurt d'ovella amb compota feta a l'escola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Polenta amb formatge</li> <li>- <b>Hamburguesa vegetal</b> marinades i col amanida</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Sopa minestrone</b> amb arròs</li> <li>- Truita de patates i ceba amb amanida de remolatxa</li> <li>- Fruita</li> </ul> 
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mill amb salseta de tomàquet i remolatxa</li> <li>- Ous al forn amb verduretes</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verdures amb sèsam i pipes torrades</li> <li>- <b>Cassoleta de patates i pèsols</b></li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trinxat de patata i blada</li> <li>- Fideus a la cassola de verduretes</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arròs a l'allet amb panses</li> <li>- <b>Fricandó de seità</b> amb bolets</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida de quinoa i magrana</li> <li>- Llenties guisades amb carabassa</li> <li>- Iogurt d'ovella amb mel</li> </ul>
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bulgur amb olives, cogombre i menta</li> <li>- <b>Lenties</b> amb tomàquet</li> <li>- Postres de músic : Fruits secs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verdures amb crostonets de pa</li> <li>- Ous remenats amb gambetes i remolatxa ratllada</li> <li>- Fruita</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espaguetis al pesto vegà</li> <li>- Hummus amb bastonets de pastanaga</li> <li>- Iogurt d'ovella amb panela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puré de patata i mongeta tendra</li> <li>- <b>Daus de tofu</b> amb pastanaga ratllada</li> <li>- Batut de iogurt d'ovella i plàtan</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Amanida amb fesols i ravenets</li> <li>- Arròs de verduretes</li> <li>- Fruita</li> </ul> 
DILLUNS 29	DIMARTS 30			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Macarrons amb tomàquet</b>, gratinats al forn</li> <li>- Truita de carbassó</li> <li>- Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de verdures amb mill</li> <li>- Seitán arrebossat amb pastanaga ratllada</li> <li>- Fruita</li> </ul>			

