

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ FEBRER 22

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 plàtan, kiwi, poma, pera, taronja i maduixa


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



## DILLUNS 31

- Bulgur a la carbonara vegana amb anacards, ceba i xampinyons)
- Ous al plat amb pastanaga ratllada
- Taronja amb canyell  vainilla

## DIMARTS 1

- Sopa minestrone amb pistons
- Pinxos de gall d'indi amb escarola i pipes 
- Fruita

## DIMECRES 2

- Arròs a l'allet amb pesto
- Cigrons estofats amb bledes
- Iogurt d'ovella amb compota de poma

## DIJOUS 3

- Crema de verdures (amb col, pastanaga i calçots)
- Seitó a l'andalusa amb remolatxa i pastanaga
- Fruita

## DIVENDRES 4

- Amanida amb taronja, fruits secs i vinagreta de mel
- Macarrons a la bolonyesa de llegum
- Fruita


## DILLUNS 7

- Patata i col
- Lenties guisades amb bròquil
- Fruita

## DIMARTS 8

- Pèsols saltejats amb pastanaga
- Arròs a la cassola amb espinacs i carxofa
- Fruita


## DIMECRES 9

- Crema de pastanaga i moniato amb canonges per sobre
- Fricandó de vedella amb bolets 
- Fruita

## DIJOUS 10

- Espirals amb salsa de tomàquet
- Llobarro al forn amb patates acompanyat de pastanaga ratllada
- Fruita


## DIVENDRES 11

- Brou de pollastre amb quinoa
- Ous amb sofregit de verduretes i formatge ratllat 
- Iogurt amb coco

## DILLUNS 14

- Espagueti amb salsa de remolatxa
- Pollastre al forn amb carbassó
- Fruita

## DIMARTS 15

- Col-i-flor amb patata
- Truita de carbassó amb pastanaga ratllada 
- Fruita

## DIMECRES 16

- Pastís de lletia vermella amb carbassó ratllat i olives
- Verat a l'andalusa amb enciams amanits
- Iogurt d'ovella amb mel

## DIJOUS 17

- Amanida de cigrons amb formatge fresc.
- Paella de verdures
- Fruita


## DIVENDRES 18

- Polenta amb formatge ratllat
- Patates amb sípia
- Fruita


## DILLUNS 21

- Torradetes amb olivada amb enciams amanits
- Fideus a la cassola
- Fruita


## DIMARTS 22

- Xatonada (amanida d'escarola, pebrot escalivat, bacallà i fesols amb romesco)
- Truita de patates amb pa amb tomàquet
- Iogurt d'ovella amb compota de pera 

## DIMECRES 23

- Amanida de poma i panses
- Risotto de verduretes
- Fruita 

## DIJOUS 24

- Amanida d'enciams i esquerola amb quinoa, formatge i panses
- Cigrons amb picada
- Fruita 

## DIVENDRES 25

- Crema de carabassa amb les seves pipes
- Botifarra amb seques
- Fruita

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ FEBRER 22 **apte per celíacs**

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 plàtan, kiwi, poma, pera, mandarina, 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



## DILLUNS 31

- Arròs a la carbonara vegana amb anacards, ceba i xampinyons)
- Ous al plat amb pastanaga ratllada
- Taronja amb canyell  vainilla

## DIMARTS 1

- Sopa minestrone amb **fideus SENSE GLUTEN**
- Pinxos de gall d'indi amb escarola i pipes 
- Fruita

## DIMECRES 2

- Arròs a l'allet amb pesto
- Cigrons estofats amb bledes
- Iogurt d'ovella amb compota de poma

## DIJOURS 3

- Crema de verdures (amb col, pastanaga i calçots)
- Seitó a l'andalusa amb remolatxa i pastanaga
- Fruita

## DIVENDRES 4

- Amanida amb taronja, fruits secs i vinagreta de mel
- Macarrons **SENSE GLUTEN** a la bolonyesa de llegum
- Fruita


## DILLUNS 7

- Patata i col
- Llenties guisades amb bròquil
- Fruita

## DIMARTS 8

- Pèsols saltejats amb pastanaga
- Arròs a la cassola amb espinacs i carxofa
- Fruita


## DIMECRES 9

- Crema de pastanaga i moniato amb formatge
- Fricandó **SENSE GLUTEN** de vedella amb bolets 
- Fruita

## DIJOURS 10

- Espirals **SENSE GLUTEN** amb salsa de tomàquet
- Llobarro al forn amb patates acompanyat de pastanaga ratllada
- Fruita


## DIVENDRES 11

- Brou de pollastre amb quinoa
- Ous amb sofregit de verdures i formatge ratllat
- Iogurt amb coco 

## DILLUNS 14

- Espagueti **SENSE GLUTEN** amb salsa de remolatxa
- Pollastre al forn amb carbassó
- Fruita

## DIMARTS 15

- Col-i-flor amb patata
- Truita de carbassó amb pastanaga ratllada 
- Fruita

## DIMECRES 16

- Sopa de peix amb fideus **SENSE GLUTEN**
- Pastís de lletia vermella amb carbassó ratllat i olives
- Iogurt d'ovella amb mel

## DIJOURS 17

- Caldós de cigrons amb espinacs i romesco **SENSE GLUTEN**
- Paella de verdures
- Fruita


## DIVENDRES 18

- Polenta amb formatge ratllat
- Patates amb sípia
- Fruita


## DILLUNS 21

- Torradetes **SENSE GLUTEN** amb olivada amb enciams amanits
- Fideus **SENSE GLUTEN** a la cassola
- Fruita

## DIMARTS 22

- Xatonada (amanida d'escarola, pebrot escalivat, bacallà i fesols)
- Truita de patates amb pa amb tomàquet **SENSE GLUTEN**
- Iogurt d'ovella amb compota de pera 

## DIMECRES 23

- Amanida de poma, panses
- Risotto de verdures
- Fruita 

## DIJOURS 24

- Amanida d'enciams i esquerola amb formatge i panses
- Cigrons amb picada
- Fruita

## DIVENDRES 25

- Crema de carabassa amb les seves pipes
- Botifarra amb seques
- Fruita

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ FEBRER 22 sense lactosa

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 plàtan, kiwi, poma, pera, mandarina, 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



## DILLUNS 31

- Bulgur a la carbonara vegana amb anacards, ceba i xampinyons)
- Ous al plat amb pastanaga ratllada
- Taronja amb canyell 

## DIMARTS 1

- Sopa minestrone amb pistons
- Pinxos de gall d'indi amb escarola i pipes 
- Fruita

## DIMECRES 2

- Arròs a l'allet amb pesto **sense lactosa**
- Cigrons estofats amb bledes
- Iogurt **sense lactosa** amb compota de poma

## DIJOURS 3

- Crema de verdures (amb col, pastanaga i calçots)
- Seitó a l'andalusa amb remolatxa i pastanaga
- Fruita

## DIVENDRES 4

- Amanida amb taronja, fruits secs i vinagreta de mel
- Macarrons a la bolonyesa de llegum
- Fruita


## DILLUNS 7

- Patata i col
- Llenties guisades amb bròquil
- Fruita

## DIMARTS 8

- Pèsols saltejats amb pastanaga
- Arròs a la cassola amb espinacs i carxofa
- Fruita


## DIMECRES 9

- Crema de pastanaga i moniato amb canonges per sobre
- Fricandó de vedella amb bolets 
- Fruita

## DIJOURS 10

- Espirals amb salsa de tomàquet
- Llobarro al forn amb patates acompanyat de pastanaga ratllada
- Fruita


## DIVENDRES 11

- Brou de pollastre amb quinoa
- Ous amb sofregit de verduretes i formatge ratllat **sense lactosa**
- Iogurt **sense lactosa** amb coco 

## DILLUNS 14

- Espagueti amb salsa de remolatxa
- Pollastre al forn amb carbassó
- Fruita

## DIMARTS 15

- Col-i-flor amb patata
- Truita de carbassó amb pastanaga ratllada 
- Fruita

## DIMECRES 16

- Sopa de peix amb fideus d'espelta
- Pastís de lletia vermella amb carbassó ratllat i olives
- Iogurt **sense lactosa** amb mel

## DIJOURS 17

- Caldós de cigrons amb espinacs i romesco
- Paella de verdures
- Fruita


## DIVENDRES 18

- Polenta amb formatge ratllat **sense lactosa**
- Patates amb sípia
- Fruita


## DILLUNS 21

- Torradetes amb olivada amb enciams amanits
- Fideus a la cassola
- Fruita

## DIMARTS 22

- Xatonada (amanida d'escarola, pebrot escalivat, bacallà i fesols amb romesco)
- Truita de patates amb pa amb tomàquet
- Iogurt **sense lactosa** amb compota de pera 

## DIMECRES 23

- Amanida de poma, panses
- Risotto de verduretes **sense lactosa**
- Fruita 

## DIJOURS 24

- Amanida d'enciams i esquerola amb formatge **sense lactosa** i panses
- Cigrons amb picada
- Fruita

## DIVENDRES 25

- Crema de carabassa amb les seves pipes
- Botifarra amb seques
- Fruita



# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ FEBRER 22 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 plàtan, kiwi, poma, pera, mandarina, 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



## DILLUNS 31

- Bulgur a la carbonara vegana amb anacards, ceba i xampinyons)
- Ous al plat amb pastanaga ratllada
- Taronja amb canyell  vainilla

## DIMARTS 1

- Sopa minestrone amb pistons
- Pinxos de gall d'ind **HALAL** i amb escarola i pipes 
- Fruita

## DIMECRES 2

- Arròs a l'allet amb pesto
- Cigrons estofats amb bledes
- Iogurt d'ovella amb compota de poma

## DIJOURS 3

- Crema de verdures (amb col, pastanaga i calçots)
- Seitó a l'andalusa amb remolatxa i pastanaga
- Fruita

## DIVENDRES 4

- Amanida amb taronja, fruits secs i vinagreta de mel
- Macarrons a la bolonyesa de llegum
- Fruita


## DILLUNS 7

- Patata i col
- Llenties guisades amb bròquil
- Fruita

## DIMARTS 8

- Pèsols saltejats amb pastanaga
- Arròs a la cassola amb espinacs i carxofa
- Fruita


## DIMECRES 9

- Crema de pastanaga i moniato amb canonges per sobre
- Fricandó de **Pollastre HALAL** amb bolets 
- Fruita

## DIJOURS 10

- Espirals amb salsa de tomàquet
- Llobarro al forn amb patates acompanyat de pastanaga ratllada
- Fruita


## DIVENDRES 11

- Brou de **Pollastre HALAL** amb quinoa
- Ous amb sofregit de verdures i formatge ratllat 
- Iogurt amb coco

## DILLUNS 14

- Espagueti amb salsa de remolatxa
- **Pollastre HALAL** al forn amb carbassó
- Fruita

## DIMARTS 15

- Col-i-flor amb patata
- Truita de carbassó amb pastanaga ratllada 
- Fruita

## DIMECRES 16

- Sopa de peix amb fideus d'espelta
- Pastís de lletia vermella amb carbassó ratllat i olives
- Iogurt d'ovella amb mel

## DIJOURS 17

- Caldós de cigrons amb espinacs i romesco
- Paella de verdures
- Fruita


## DIVENDRES 18

- Polenta amb formatge ratllat
- Patates amb sípia
- Fruita


## DILLUNS 21

- Torradetes amb olivada amb enciams amanits
- Fideus a la cassola
- Fruita


## DIMARTS 22

- Xatonada (amanida d'escarola, pebrot escalivat, bacallà i fesols amb romesco)
- Truita de patates amb pa amb tomàquet
- Iogurt d'ovella amb compota de pera 

## DIMECRES 23

- Amanida de poma, panses
- Risotto de verdures
- Fruita 

## DIJOURS 24

- Amanida d'enciams i esquerola amb formatge i panses
- Cigrons amb picada
- Fruita 

## DIVENDRES 25

- Crema de carabassa amb les seves pipes
- **Pollastre HALAL** amb seques
- Fruita

# MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

# MENÚ FEBRER 22 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 plàtan, kiwi, poma, pera, mandarina, 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



## DILLUNS 31

- Bulgur a la carbonara vegana amb anacards, ceba i xampinyons)
- Ous al plat amb pastanaga ratllada
- Taronja amb canyell  vainilla

## DIMARTS 1

- Sopa minestrone amb pistons
- Pinxos de **TOFU FUMAT** amb escarola i pipes 
- Fruita

## DIMECRES 2

- Arròs a l'allet amb pesto
- Cigrons estofats amb bledes
- Iogurt d'ovella amb compota de poma

## DIJOUS 3

- Crema de verdures (amb col, pastanaga i calçots)
- **SEITAN** a l'andalusa amb remolatxa i pastanaga
- Fruita

## DIVENDRES 4

- Amanida amb taronja, fruits secs i vinagreta de mel
- Macarrons a la bolonyesa de llegum
- Fruita


## DILLUNS 7

- Patata i col
- Lenties guisades amb bròquil
- Fruita

## DIMARTS 8

- Pèsols saltejats amb pastanaga
- Arròs a la cassola amb espinacs i carxofa
- Fruita


## DIMECRES 9

- Crema de pastanaga i moniato amb canonges per sobre
- Fricandó de **TOFU** amb bolets 
- Fruita

## DIJOUS 10

- Espirals amb salsa de tomàquet
- **CIGRONS** amb patates acompanyat de pastanaga ratllada
- Fruita


## DIVENDRES 11

- **Brou de VERDURES** amb quinoa
- Ous amb sofregit de verduretes i formatge ratllat
- Iogurt amb coco 

## DILLUNS 14

- Espagueti amb salsa de remolatxa
- Seitan al forn amb carbassó
- Fruita

## DIMARTS 15

- Col-i-flor amb patata
- Truita de carbassó amb pastanaga ratllada 
- Fruita

## DIMECRES 16

- Sopa de **VERDURES** amb fideus d'espelta
- Pastís de lletia vermella amb carbassó ratllat i olives
- Iogurt d'ovella amb mel

## DIJOUS 17

- Caldós de cigrons amb espinacs i romesco
- Paella de verdures
- Fruita


## DIVENDRES 18

- Polenta amb formatge ratllat
- **Hamburguesa vegetal** a l'andalusa amb enciams amanits
- Fruita


## DILLUNS 21

- Torradetes amb olivada amb enciams amanits
- Fideus **amb verduretes** a la cassola
- Fruita


## DIMARTS 22

- Xatonada (amanida d'escarola, pebrot escalivat, fesols amb romesco)
- Truita de patates amb pa amb tomàquet
- Iogurt d'ovella amb compota de pera 

## DIMECRES 23

- Amanida de poma, panses
- Risotto de verduretes
- Fruita 

## DIJOUS 24

- Amanida d'enciams i esquerola amb formatge i panses
- Cigrons amb picada
- Fruita 

## DIVENDRES 25

- Crema de carabassa amb les seves pipes
- **Seques amb arròs**
- Fruita