

MENJADOR ESCOLA MATAGALLS

CURS 2021-22

Tlf. 691436020-938483226

MENÚ MARÇ 22

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

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




DIMARTS 1

- Macarrons al pesto
- Estofat de gall d'indi amb pèsols i pastanaga ratllada
- Fruita


DIMECRES 2

- Crema de calçots, poma i verdures amb barreja de pipes
- Seitó a l'andalusa i cogombre amb olives
- Fruita

DIJOURS 3

- Patata i coliflor al vapor
- Ous remenats amb pernil dolç i canonges amanits
- Fruita 

DIVENDRES 4

- Amanida de quinoa amb pastanaga ratllada i enciams
- Fesols guisats amb verduretes 
- Iogurt d'ovella amb panela

DILLUNS 7

- Arròs saltejat amb col i tamarí
- Llenties estofades amb carabassa
- Fruita


DIMARTS 8

- Minestra casolana, amb pastanaga, mongeta, pèsol i bròquil
- Hamburguesa de vedella amb carbassó ratllat i enciams
- Fruita seca


DIMECRES 9

- Crema de verdures amb llavor
- Espirals amb bolonyesa vegetal.
- Fruita

DIJOURS 10

- Amanida de cigrons i formatge fresc i olives
- Bacallà la llaua amb pastanaga ratllada 
- Iogurt d'ovella amb mel


DIVENDRES 11

- Torradetes amb sobrasada vegana de anacards amb enciams amanits
- Ous durs farcits amb amanida amb cogombre 
- Fruita


DILLUNS 14

- Pèsols saltejats amb alls tendres
- Aletes de pollastre saltejades amb tamarí i sèsam amb remolatxa ratllada
- Fruita


DIMARTS 15

- Crema de verdures amb formatgeC
- Lluç al forn amb pastanaga ratllada 
- Fruita

DIMECRES 16

- Patata amb bròquil
- Truita de carbassó amb enciams amanits 
- Fruita


DIJOURS 17

- Amanida amb enciams, formatge fresc i tonyina
- Arròs a la cassola amb mongeta i carxofa 
- Crema catalana


DIVENDRES 18

- FESTA

DILLUNS 21

- Polenta amb formatge
- Ous al forn amb verduretes i enciams amanits 
- Fruita

DIMARTS 22

- Escudella amb cigrons i fideus
- Carn d'olla amb pastanaga 
- Fruita


DIMECRES 23

- Amanida d'escarola, panses, formatge i vinagreta de carquinyolis
- Llenties amb arròs i carbassa
- Fruita

DIJOURS 24

- Dinar marroquí:
- Amanida de cogombre i olives
- Cuscús de pollastre i cigrons
- Batut vegetal amb fruita


DIVENDRES 25

- Crema de verdures del brou amb crostonets de pa
- Peix fresc amb amanida 
- Fruita


DILLUNS 28

- Amanida italiana amb olives i salsa rosa
- Bacallà enfarinat amb enciam i carbassó
- Fruita

DIMARTS 29

- Sopa de peix amb fideus d'espelta
- Pollastre al forn amb pastanaga i remolatxa ratllades 
- Fruita

DIMECRES 30

- Mill amb tomàquet
- Truita de patates i enciams amanits 
- Fruita

DIJOURS 31

- Pèsols amb patata
- Bulgur a la carbonara
- Fruita