

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Novembre 2022

COL·LEGI: ACIS ARTUR MARTORELL

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

FESTIU

2

Llenties estofades amb verdures
Trita francesa amb amanida
d'enciam, api i pastanaga
Fruita i pa

3

Sopa minestrone
Wok oriental de porc amb
verdures amb amanida d'enciam
i blat de moro
Fruita i pa integral

4

Arròs amb tomàquet
Filet de lluç al forn amb
vinagreta de cítrics amb saltejat
de verdures
Fruita i pa

7

Macarrons amb verdures
Medalló de salmó i carbassa
rostita amb parmentier de patata
logurt i pa

8

Mongetes amb arròs
Trita de patates amb amanida
d'enciam i pastanaga
Fruita i pa integral

9

Minestra de verdures saltades
Hamburguesa a la planxa amb
amanida d'enciam, pastanagues
i pipes
Fruita i pa

10

Crema de carbassó
Pizza de tonyina amb amanida
d'enciam i olives
Fruita i pa integral

11

Arròs tres delícies
Pollastre rostit amb salsa
barbacoa amb patates daus
Fruita i pa

14

Crema de verdures amb
formatge
Mandonguilles de vedella amb
jardinera de xampinyons
logurt i pa

15

Arròs al forn amb cigrons i
pèsols
Trita de formatge amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
Fruita i pa integral

16

Mongeta tendra amb patates
Ventresca de lluç amb pil-pil de
tomàquet amb amanida d'enciam
i tomàquet
Fruita i pa

17

Sopa de lletres
Wok de gall dindi amb
verdures
Fruita i pa integral

18

Crema de llegums
Croquetes de bacallà amb
amanida d'enciam, tomàquet i
blat de moro
Fruita i pa

21

Llenties estofades amb verdures
Trita d'espínacs amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
logurt i pa

22

Arròs integral amb salsa
napolitana (tomàquet, pebrot,
pastanaga, ceba)
Pollastre rostit a la llimona amb
amanida d'enciam, tomàquet i
blat de moro
Fruita i pa integral

23

Sopa de pasta
Botifarra al forn amb mongetes
saltejades amb all i julivert
Fruita i pa

24

Crema de pèsols
Llom al forn amb amanida
d'enciam, api i pastanaga
Fruita i pa integral

25

Macarrons gratinats
Llenguadina a la planxa amb
amanida d'enciam i blat de moro
Fruita i pa

28

Paella de verdures
Mandonguilles amb samfaina
logurt i pa

29

Trinxat de bròquil
Lluç a la donostiarra amb
amanida d'enciam, tomàquet i
blat de moro
Fruita i pa integral

30

Cigrons amb arròs, espínacs i ou
Trita francesa casolana amb
amanida d'enciam, tomàquet i
pastanaga
Fruita i pa