

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE 

MES: Octubre 2021

COL·LEGI: SAGRADA FAMILIA AVINYÓ

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1
Sopa de peix amb pasta
Wok de gall dindi amb
verdures
Fruita i pa

4
Pèsols saltats amb patates i
ceba
Trita de patates amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
logurt i pa

5
Mongeta verda, pastanaga i
patata ofegades
Pollastre rostit a la llimona amb
amanida de tomàquet
Fruita i pa

6
Arròs napolitana
Palometa amb salsa de
pastanaga amb amanida de
fruits (enciam, oliva i pipes)
Fruita i pa

7
(H:Mandonguilles tonyina)
Llenties estofades
Botifarra al forn amb parmentier
de patata i romaní
logurt i pa

8
(Halal: Lluç romana)
Sopa d'estrelles
Ragout de vedella amb
xampinyons
Fruita i pa

11
Fideuà de pollastre
Trita francesa amb pernil salat i
espinacs amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
logurt i pa

12
FESTIU

13
(H:Hamburguesa vegetal)
Patates estofades amb verdures
Hamburguesa de vedella amb
amanida de tomàquet
Fruita i pa

14 **(Halal:Trita de patates)**
Crema de pastanaga i carbassa
amb poma
Lacón al forn amb amanida
d'enciam, tomàquet i blat de
moro
logurt i pa

15
Arròs tres delícies
Pastís de salmó amb salsa de
pastanaga amb patates daus
Fruita i pa

18
(Halal:Croquetes bacallà)
Llenties a la jardinera
Croquetes de pernil amb
amanida de fruits (enciam, oliva i
pipes)
logurt i pa

19
(H:Mandonguilles tonyina)
Crema de verdures amb kale
Mandonguilles de vedella amb
jardinera de xampinyons
Fruita i pa

20
Pasta integral a la napolitana
Trita de carbassó amb amanida
d'enciam, tomàquet i blat de
moro
Fruita i pa

21
Crema de cigrons
Pollastre al chilindrón amb
amanida d'enciam, tomàquet i
pastanaga
logurt i pa

22
Arròs amb pollastre i cúrcuma
Ventresca de lluç amb refregit
d'all i balsàmic amb patates
panadera
Fruita i pa

25
(H:Lassanya de verdures)
Crema de porros
Llom rostit amb salsa amb
amanida de fruits (enciam, oliva i
pipes)
logurt i pa

26
Arròs de melós de carbassa i
formatge
Lluç a la romana amb amanida
de tomàquet
Fruita i pa

27
Llenties estofades
Trita de pernil dolç amb
amanida d'enciam, tomàquet i
pastanaga
Fruita i pa

28
Trinxat de bròquil
Rap a l'andalusa amb amanida
d'enciam, tomàquet i blat de
moro
logurt i pa

29
Sopa de fideus
Pollastre rostit a la llimona amb
puré de patates
Fruita i pa