



## MENÚ S/LLEGUM. Maig · Curs 16/17

| DILLUNS  | DIMARTS  | DIMECRES   | DIJOUS   | DIVENDRES   |
|--|--|--|--|---|
| <b>1</b><br><br><b>FESTA</b>   | <b>2</b><br><br><b>FESTA</b>   | <b>3</b><br>Arròs ●<br>amb tomàquet ●<br><br>Pollastre ● amb allada<br>i amanida ●<br><br>Fruita del temps ●   | <b>4</b><br>Bròcoli ● amb patata ●,<br>pastanaga ● i ceba ●<br><br>Hamburguesa de<br>vedella al forn<br>amb amanida<br><br>Fruita del temps ●  | <b>5</b><br>Crema de patata ●<br>i porro ●<br><br>Peix fresc ● al forn<br>amb amanida ●<br><br>logurt ●                     |
| <b>8</b><br>Amanida<br>de pasta ●<br><br>Truita ● de patata ●<br>amb amanida ●<br><br>Fruita del temps ●   | <b>9</b><br>Crema de coliflor ●<br>amb llavors de gira-sol<br><br>Peix fresc ●<br>amb ceba ●<br>i patata ● al forn<br><br>Pastís de formatge ● | <b>10</b><br>Patates ● estofades<br>amb verdures ●<br><br>Conill rostit<br>amb verdures ●<br><br>Fruita del temps ●                                    | <b>11</b><br>Arròs integral ●<br>amb verdures ●<br><br>Peix fresc ●<br>amb amanida ●<br><br>Fruita del temps ●                                 | <b>12</b><br>Verdures ● al forn<br>amb alioli<br><br>Botifarra de porc ●<br>amb patata ● al caliu<br><br>Fruita del temps ● |
| <b>15</b><br>Sopa de peix ●<br>amb pasta ●<br><br>Llom de porc Ral ●<br>a la planxa<br>amb amanida ●<br><br>Fruita del temps ●                         | <b>16</b><br>Amanida d'arròs ●<br><br>Ous durs ●<br>amb xampinyons<br>i salsa de carn<br><br>Fruita del temps ●                                | <b>17</b><br>Bròquil ●, pastanaga ●<br>i porro ● al vapor<br>amb oli d'all<br><br>Peix fresc ● a l'andalusa<br>amb amanida ●<br><br>Fruita del temps ● | <b>18</b><br>Amanida de quinoa<br>i tonyina ●<br><br>Tacos vegetals<br>amb amanida ●<br><br>logurt ●   | <b>19</b><br>Macarrons ● gratinats ●<br><br>Peix fresc ●<br>amb amanida ●<br><br>Fruita del temps ●                         |
| <b>22</b><br>Amanida d'arròs ●<br><br>Mandonguilles ●<br>amb pastanaga i patata<br><br>Fruita del temps ●  | <b>23</b><br>Crema de carbassó ●<br><br>Costella de porc Ral ●<br>agredolça<br>amb amanida ●<br><br>Fruita del temps ●                         | <b>24</b><br>Cous cous amb<br>pastanaga ● ratllada,<br>poma ● i panses<br><br>Peix fresc ●<br>amb amanida<br><br>logurt ●                              | <b>25</b><br>Espirals carbonara<br>amb nata vegetal i s/ou<br><br>Truita ● d'espínacs<br>i formatge<br>amb amanida ●<br><br>Fruita del temps ● | <b>26</b><br>Brou amb fideus<br><br>Peix fresc ●<br>al forn amb ceba ●<br>i patates ●<br><br>Fruita del temps ●             |
| <b>29</b><br>Trinxat de bledes ●<br>amb patates ●<br>i pastanaga ●<br><br>Estofat de vedella ●<br>amb bolets<br>de primavera<br><br>Fruita del temps ● | <b>30</b><br>Saltat de verdures ●<br>amb pernil<br><br>Panet pizza<br>amb ou ● poche<br><br>Fruita del temps ●                                 | <b>31</b><br>Crema de pastanaga ●,<br><br>Peix fresc ●<br>amb amanida ●<br><br>Fruita del temps ●  |  |   |

● Producte 100% ecològic. ● Peixos de mars propers: (Mediterrani, Cantàbric i Atlàntic). ● Producte de proximitat.

Per a una alimentació més saludable estem introduint, de manera progressiva en el nostre menú escolar, aliments de proximitat procedents de l'agricultura i la ramaderia ecològiques.

Tots els plats són elaborats per l'equip de cuina de l'escola Registre Sanitari núm. 26-05526/CAT, adaptats per a qualsevol tipus d'al·lèrgia i/o intolerància.

Menús elaborats i revisats per Gabor Smit (ADITEC:009).

Trobareu aquest menú al web [www.joviat.cat](http://www.joviat.cat) així com les propostes i recomanacions pels sopars.