



Escola Torrent de Can Carabassa

MENÚ SALUDABLE

SETEMBRE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
Dinar			Espaguetis napolitana Truita de patata amb amanida Fruita	Crema freda de carbassó Escalopa de gall dindi amb amanida Fruita	Llenties guisades amb arròs Hamburguesa de vedella amb formatge i amanida Gelats
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
Dinar	Arròs amb tomàquet Daus de caella a l'andalusa amb amanida Fruita	Verdura del temps saltada amb pernil Mandonguilles de vedella amb tomàquet i enciam Fruita	Amanida de patata Filet de lluç al forn a la llimona amb pastanaga ratllada logurt natural de granja	Mongetes seques guisades amb verdures Ous durs amb beixamel i arròs blanc Fruita	Amanida de pasta Pernilets de pollastre al forn amb patates fregides Fruita
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
Dinar	FESTA	Amanida d'arròs Truita de carbassó amb tomàquet natural Fruita	Crema de verdura amb crostons Daus de gall dindi al forn amb cuscús Batut de fruita natural	Cigrons guisats amb verdures Rodó de porc rostit amb amanida Fruita	Macarrons a la carbonara Peix fresc i de proximitat amb amanida Fruita

*El menú inclou el pa diari



Els següents ingredients del vostre menú són ecològics certificats: Totes les verdures, hortalisses, fruites de temporada i carn de poltre del ripollès i sal. S'introdueix el peix fresc i de proximitat. El tipus de peix no es pot confirmar fins un dia abans.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.