

# Menú escola



## Maig



dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

<p><b>3</b></p> <p>Pèsols i patata</p> <p>Estofat vedella (mongetes verdes, pastanaga, tomàquet i ceba) Fruita i pa integral</p>	<p><b>4</b></p> <p>Mongetes bl. estofades s/f.secs (patata, ceba, tomàquet, pebrot, herbes provençals, llorer) Rosada arrebossada amb enciam i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>5</b></p> <p>Espirals a la napolitana (tomàquet i ceba)</p> <p>Truita francesa amb escarola i pastanaga</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>6</b></p> <p>Arròs amb verdures s/f.secs (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga, mongetes verdes) Salmó al forn amb tomàquet i blat de moro</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>7</b></p> <p>Crema de carbassa (carbassa, patata, ceba i llet de granja)</p> <p>Contra cuixa de pollastre al forn amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral</p>
<p><b>10</b></p> <p>Sopa de pistons (brou pollastre, pasta, pollastre, porro, pastanaga, ceba i api)</p> <p>Truita de patates amb enciam i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>11</b></p> <p>Tricolor de verdures (mongetes verdes, patata i pastanaga)</p> <p>Botifarra de porc al forn amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral</p>	<p><b>12</b></p> <p>Llenties estofades (arròs, ceba, tomàquet, pebrot, herbes provençals i llorer)</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>13</b></p> <p>Arròs a la milanesa vegetal (pebrot, tomàquet, ceba, all i formatge)</p> <p>Lluç al forn a la marinera s/f.secs (tomàquet, ceba)</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>14</b></p> <p>Macarrons a la bolonyesa vegetal (tomàquet, ceba i soja texturitzada)</p> <p>Pernilets de pollastre al forn amb escarola i olives Fruita i pa integral</p>
<p><b>17</b></p> <p>Minestra de verdures (mongetes verdes, patata, pastanaga i pèsols)</p> <p>Truita de carbassó amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>18</b></p> <p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral</p>	<p><b>19</b></p> <p>Cigrons estofats s/f.secs (patata, ceba, tomàquet, pebrot, herbes provençals, llorer) Llom de porc a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>20</b></p> <p>Sopa d'estrelletes (brou pollastre, pasta, pollastre, porro, pastanaga, ceba i api)</p> <p>Mandonguilles de peix amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>21</b></p> <p>Crema de carbassó (carbassó, patata, ceba i llet de granja)</p> <p>Estofat de pollastre amb verdures (tomàquet, ceba, mongetes verdes i pastanaga) Fruita i pa integral</p>
<p><b>FESTA</b></p>	<p><b>25</b></p> <p>Llenties estofades (arròs, ceba, tomàquet, pebrot, herbes provençals i llorer)</p> <p>Hamburguesa mixta a la planxa amb enciam, llombarda i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p><b>26</b></p> <p>Crema de verdures (espinacs, patata, ceba i llet de granja)</p> <p>Seitons arrebossats amb tomàquet amanit</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p><b>27</b></p> <p>Mongetes verdes i patata</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures (tomàquet, ceba, mongetes verdes i pastanaga) Fruita i pa integral</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis carbonara vegetal (ceba, llet i xampinyons)</p> <p>Hummus de cigrons (cigrons, all, llimona, comí i crema sèsam) amb xerris Fruita i pa integral</p>
<p><b>31</b></p> <p>Llacets amb samfaina (tomàquet, ceba, carbassó, albergínia, pebrot i patata)</p> <p>Contra cuixa de pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>				



Els nostres menús estan supervisats per un dietista - nutricionista col·legiat (Núm. CAT1031) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable a l'etapa escolar. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inscripció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSIPAC: 26.06772/CAT RGSEAA: 26.12608/B



**ROCA**  
GASTRONOMIA COL·LECTIVA  
GONZALEZ

