

SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMEGRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>BENVINGUTS! ESTEM DE VOITA!</b></p> <p>Tornem un any més amb ganes e il·lusió de rebre als vostres fills i filles al menjador de l'escola.</p> <p>Aquest curs estem carregats d'idees i energia per portar a terme petits canvis que puguin millorar l'educació alimentària i la sostenibilitat a nivell mediambiental, a més d'oferir un menú equilibrat, variat, segur, adaptat i satisfactori.</p> <p>Donarem inici a un projecte d'incorporació de proteïna vegetal, així doncs reduir el consum animal i millorar la sostenibilitat. Però no patiu, que els nostres plats seran de lo més divertits i saborosos!</p> <p>Us desitgem un bon inici de curs a tothom!</p> 	<p><b>30</b></p> <p>Tellerines amb tomàquet i formatge</p> <p>Hamburguesa de vedella amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>31</b></p> <p>Mongeta tendra, patata i pastanaga</p> <p>Truita de carbassó amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>1</b></p> <p>Arròs amb verdures i tomàquet</p> <p>Peix al forn amb orenga i amanida d'enciam i llavors de carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>2</b></p> <p>Pèsols amb patata saltats amb all</p> <p>Fingers de pollastre amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>3</b></p> <p>Crema d'arrels (porro, ceba, pastanaga, nap i xirivía)</p> <p>Pizza de tonyina</p> <p>Gelat-iogurt (guarderies)</p>
	<p><b>6</b></p> <p>Espirals amb tomàquet i formatge</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b></p> <p>Ensalada russa</p> <p>Croquetes d'espínacs amb patates palla</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b></p> <p>Cigróns amb patata i oli d'oliva</p> <p>Llenguadina arrebossada amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>9</b></p> <p>Crema de verdures de temporada i quinoa</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>10</b></p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Broqueta de gall dindi amb patates</p> <p>Gelat-iogurt (guarderies)</p>
	<p><b>13</b></p> <p>Macarrons amb tomàquet i formatge</p> <p>Botifarra de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b></p> <p>Mongeta tendra, patata i pastanaga</p> <p>Filet de llenguadina arrebossada amb enciam i llavors de carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b></p> <p>Cigróns i patata amb oli d'oliva</p> <p>Truita a la francesa amb amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>16</b></p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Fideuà de verdures i mongetes mungo (soja verda ECO)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>17</b></p> <p>Arròs 3 delícies (blat de moro, pèsols i pastanaga)</p> <p>Pollastre amb allada i amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>logurt</p>
	<p><b>20</b></p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Truita de patata amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Amanida de pasta amb salsa rosa</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i llavors de gira-sol</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b></p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Croquetes d'espínacs* amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>23</b></p> <p>Arròs INTEGRAL** amb salsa de tomàquet</p> <p>Filet de lluç meunière (amb mantega vegetal i suc de llimona) amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt</p>	<p><b>24</b></p> <p>Pèsols amb patata</p> <p>Rodó de vedella de GERONA al forn amb xampinyons</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>27</b></p> <p>Cigróns estofats amb verdures</p> <p>Truita a la francesa amb tonyina i amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Natilla de xocolata</p>	<p><b>28</b></p> <p>Arròs amb verdures i tomàquet</p> <p>Barretes de peix amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p> <p>Crema de carbassa i mongetes seques</p> <p>Bacallà amb samfaina</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>30</b></p> <p><b>Farfarle al pesto/Farfalle amb tomàquet (a elecció del centre)</b></p> <p>***Hamburguesa de cigrons amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>*Croquetes 100% d'espínacs o 50% de bacallà i 50% d'espínacs (a elecció del centre)</p> <p>**L'arròs serà integral sempre que el centre no ens digui el contrari</p> <p>***Hamburguesa de cigrons i pollastre</p>

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

**Plat calent:** Temperatura de conservació ≥ 65°C. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

**Plat fred:** Temperatura de conservació ≤ 8°C. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

Tot el menjar és per a consum immediat.



Seguim les recomanacions de la "Guia de l'Alimentació Saludable en l'Etapa Escolar" publicada per l'Agència de Salut Pública de Catalunya que segueix els Objectius de desenvolupament Sostenible de les Nacions Unides. Aquesta guia, a més de garantir la salut de les persones, pretén prendre consciència que amb petites modificacions contribuïm a promoure la producció i el consum responsable, la lluita contra el canvi climàtic.