

SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMEGRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>BENVINGUTS! ESTEM DE VOITA!</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> 	30	31	1	2	3
	Tallarines amb tomàquet i formatge	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Arròs amb verdures i tomàquet	Pèsols amb patata saltats amb all	Meló amb pernil - Crema d'arrels (porro, ceba, pastanaga, nap i xirivia) (guarderies)
	Hamburguesa de vedella i porc a la planxa amb enciam i pastanaga	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro	Pollastre al forn amb guarnició	Fingers de pollastre amb enciam i tomàquet	Pizza de pernil
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat-iogurt (guarderies)
	6	7	8	9	10
	Espirals amb tomàquet i formatge	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Cigrons amb patata i oli d'oliva	Crema de verdures de temporada i quinoa	Arròs amb salsa de tomàquet
	Truita a la francesa amb enciam i olives	Llom al forn amb patates palla	Llom de 2 colors amb poma al forn	Pollastre al forn amb enciam i tomàquet	Broqueta de gall dindi amb patates
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat-iogurt (guarderies)
	13	14	15	16	17
	Macarrons amb tomàquet i formatge	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Cigrons i patata amb oli d'oliva	Crema de carbassó	Arròs 3 delícies (blat de moro, pèsols i pastanaga)
	Botifarra de porc a la planxa amb enciam i pastanaga	Pollastre amb pisto de verdures	Truita a la francesa amb pernil dolç i amanida d'enciam i blat de moro	Fideuà de verdures i mongetes mungo (soja verda ECO)	Pollastre amb allada i amanida d'enciam i tomàquet
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt
20	21	22	23	24	
Crema de pastanaga	Amanida de pasta amb salsa rosa (sense peix)	Llenties estofades amb verdures	Arròs INTEGRAL* amb salsa de tomàquet	Pèsols amb patata	
Truita de patata amb enciam i olives	Pollastre al forn amb enciam i llavors de gira-sol	Fingers de pollastre (sense gluten, ou i llet) amb amanida	Pebrot farcit amb ou dur i verdures	Rodó de vedella de GERONA al forn amb xampinyons	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	Fruita de temporada	
27	28	29	30		
Cigrons estofats amb verdures	Arròs amb verdures i tomàquet	Crema de carbassa i mongetes seques	Farfalle al pesto/Farfalle amb tomàquet (a elecció del centre)		
Truita a la francesa amb amanida d'enciam i pastanaga	Escalopa de llom amb enciam i tomàquet	Truita d'espínacs amb guarnició	**Hamburguesa de cigrons amb enciam i blat de moro	*L'arròs serà integral sempre que el centre no ens digui el contrari	
Natilla de xocolata	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	**Hamburguesa de cigrons i pollastre	

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a l'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.