

ESCOLA SOLER DE VILARDELL MENÚ BASAL

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Setembre 2023

11

FESTIU

12

PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS
PAELLA MARINERA
FRUITA DEL TEMPS


13

MONGETA VERDA AMB PATATA
MANDONGUILLES DE PEIX A LA JARDINERA AMB PASTANAGA I PÈSOLS
FRUITA DEL TEMPS


14

EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15

MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES ECOLÒGIQUES
PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE 
FRUITA DEL TEMPS


18

ARRÒS ECOLÒGIC A LA CASSOLA AMB HORTALISSES
TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA 
FRUITA DEL TEMPS

19

AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OLIVES
PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS
FRUITA DEL TEMPS

20

TALLARINS ECOLÒGICS A LA CARBONARA
LLUÇ AMB ALL I JULIVERT AL FORN I ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA DEL TEMPS 


21

MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA
HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA
I OGURT

22

CREMA DE VERDURES I PÈSOLS
PIZZA CASOLANA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS


25

CREMA DE LLEGUMS ECOLÒGIQUES
FIDEUÀ AMB GAMBETES 
FRUITA DEL TEMPS

26

AMANIDA D'ARRÒS (TONYINA, BLAT DE MORO I OLIVES)
POLLASTRE AMB Salsa BARBACOA I ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS


27

LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB HORTALISSES
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET 
FRUITA DEL TEMPS

28

AMANIDA RUSSA
PEIX FRESC SEGONS MERCAT AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA
I OGURT

29

COLIFLOR AMB PATATA
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB Salsa DE TOMÀQUET
MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL CASOLANA 

Les fruites del temps són: pera, poma, meló, síndria, préssec,...
Es servirà pa integral.
Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir. Oli de gira-sol alt oleic per fregir.
Ús de sal iodada per cuinar.
Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%.
Peix fresc de les llotges de Palamós: maira, seitó, canana, gallineta, rosada, sardina, fogoner, gall de sant pere, abadeig,...
Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.
Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Bon inici de curs!

