


ESCOLA "EL Turó"

Menú d' Octubre



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 -LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA. (Llenties Ecològiques) -CROQUETES DE POLLASTRE AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DOLÇ -IOGURT.	2 -ARRÒS BLANC AMB SALSA DE TOMÀQUET. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES. -FRUITA.
5 -ESPAGUETTI AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT. - BACALLÀ FREGIT AMB AMANIDA .DE TOMÀQUET I PASTANAGA. -FRUITA.	6 -CREMA DE PORRO.AMB TORREDETES DE PA. -HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDAD' ENCIAM I OLIVES. -FRUITA.	7 -PAELLA D' ARRÒS AMB VEGETALS. -GALL D' INDI ARREBOSSAT AMB AMANIDA.D' ENCIAM I PANSES. -FRUITA.	8 -PATATA BULLIDA AMB BLEDES -POLLASTRE A LA PLANXA AMB XAMPINYONS. -FRUITA	9 -AMANIDA VERDA AMB TONYVINA. -LLENTIES GUISADES AMB ARRÒS . -IOGURT.
12	13 -CIGRONS AMB ESPINACS. -NUGETTS D' AU AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA . -FRUITA.	14 -PATATA BULLIDA AMB MONGETA TENDRA I PASTANAGA. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES. -FRUITA	15 -AMANIDA VERDA AMB FORMATGE. -ESTOFAT DE VEDELLA AMB PATATA I PASTANAGA -IOGURT .	16 ARRÒS BLANC AMB SALSA DE TOMÀQUET. POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET, Ceba I PASTANAGA (Pa integral) -FRUITA.
19 -ARRÒS A LA CASSOLÀ AL PEIX. -FILET DE LLUÇ AL VAPOR AMB JULIVERT.I AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA. -FRUITA	20 -CREMA DE VERDURES AMB TORRADETES DE PA. -CANELONS DE CARN. -FRUITA.	21 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE ARREBOSSAT AMB PATATES XIP. -FRUITA.	22 - MONGETES BLANQUES ESTOFADES AMB PASTANAGA. -TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DOLÇ . -IOGURT	23 -PATATA BULLIDA AMB BRÒQUIL. -HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA.D' ENCIAM I OLIVES. -IOGURT.
26 -CIGRONS AMB ESPINACS. -CROQUETES DE PERNIL AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA.. -FRUITA	27 -PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. -HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDAD' ENCIAM I OLIVES -FRUITA.	28 -MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT. -FILET DE BACALLÀ AL FORN AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DOLÇ. . -FRUITA.	29 -ARRÒS TRES DELÍCIES (Amb pastanaga, pernil i pesols) -ESCALOPA DE GALL D' INDI AMB AMANIDA.DE TOMÀQUET I OLIVES -FRUITA.	30 CREMA DE CARBASSA.. MAGRE DE PORC AL FORN AMB BOLETS -COCA DE LA CASTAYANDA. 

- Les fruites del mes d' Octubre són : Les peres, els plàtans, les mandarines i les pomes.
- L' Amanida verda conté : Enciam,tomàquet, pastanaga i olives.
- Les llegums són de producció ecològica.
- Les carns de vedella són de una granja km 0.
- L' enciam ,el bròquil i les bledes són ecològics i km 0.
- Tots els àpats van acompanyats d' aigua i pa.
- L' oli que s'utilitza per amanir és oli d' oliva verge.

