



Els plats contenen:

GLUTEN
OU
API


LLET/LACTOSA
PROTEÏNA DE VACA
CARN
SULFITS

LEGUMS/SOJA/TRAMUSSOS
PEIX
FRUITS SECS/CACAUETS/
SÈSAM/MOSTASSA

Abril 2016



Escola Sant Cristòfol

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
Festiu	MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) 7 8 9 10 CROQUETES DE POLLASTRE 11 12 13 14 15 16 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS 17 FRICANDÓ DE LLOM 18 19 XAMPINYONS I PÈSOLS IOGURT	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES 20 21 22 LLUÇ A LA MARINERA 23 ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 24 25 26 27 28 PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
ESPAGUETIS AMB CREMA DE XAMPINYONS 29 30 31 32 LLUÇ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) 34 35 AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA (olives negres,ou dur, tonyina, i julivert) 36 37 POLLASTRE EN ESCABETX (ceba, pebre vermell, vinagre, alls i llorer) 38 39 PASTANAGA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 40 41 42 43 44 PUDING DE PEIX CASOLÀ 45 AMANIDA D' ENCIAM,PASTANAGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell) 46 SALSITXES A LA PLANXA 47 48 MONGETES VERDES SALTEJADES IOGURT	VICHYSOISE (crema de porros i patates) 49 50 51 52 CANELONS DE CARN GRATINATS JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanagues i daus de tomàquet) 53 54 CRESTES DE TONYINA 55 56 58 59 57 AMANIDA VARIADA IOGURT	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 60 LLOM ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) 61 62 63 ALBERGÍNIES ESCALIVADES FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS ROSSINI (salsa de tomàquet CASOLANA i beixamel) 64 65 66 67 BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 69 68 DAUS DE PATATES NATURALS FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE VERDURES (ceba, pebrot vermell i verd, porros i mongeta tendra) 72 70 71 POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) 73 74 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR GRATINADA AMB BEIXAMEL,FORMATGE I DAUS DE PERNIL DOLÇ 75 76 77 78 MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SALS 79 80 81 84 82 83 BRÒQUIL BULLIT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 85 MANDONGUILLES DE PEIX 86 87 92 89 90 88 91 PÈSOLS SALTEJATS FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÓ 93 94 LLOM A LA PLANXA AMB SALS "CHIMICHURRI" (salsa opcional) 95 96 ARRÒS INTEGRAL BULLIT I TOMÀQUET AL FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA I CEBA 97 98 TRUITA DE GALL D'INDI FUMAT 99 100 AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	PATATA.PASTANAGA I BRÒQUIL BULLIT 101 102 HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	 VICHYSOISE (crema de porros i patates) 125 126 CONILL RUSTIT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Festiu	PÈSOLS BULLITS AMB PATATES I PASTANAGUES 110 DAUS DE VEDELLA ESTOFATS 111 112 115 113 114 AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i IOGURT	FIDEUÀ AMB ALL I OLI 116 117 118 119 PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA 120 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL (daus de tomàquet, olives verdes i pastanaga) 121 122 123 124 BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS GASPATXO AMB CROSTONS FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (crema de porros i patates) 125 126 CONILL RUSTIT 127 128 AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i FRUITA DEL TEMPS

Recomanació Sopars

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
Festiu	BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES DAUS DE TONYINA SALTEJATS AMB SALSINA DE SOJA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE VERDURES AMB FIDEUS HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS TRES DELÍCIES (pastanaga, blat de moro i truita) PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA I CEBA TRUITA D'ALLS TENDRES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
MENESTRA DE VERDURES CANYA DE LLOM A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL: LITZADA ORADA A LA SAL CUALLADA	PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL PIT DE GALL D'INDI A LA PIZZAIOLA MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS BASMATI AMB VERDURES I CURRI DAUS DE TONYINA SALTEJATS AMB SALSINA DE SOJA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA TRUITA DE PATATA I CEBA AMB RUCA I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
AMANIDA DE PATATA (olives negres, ou dur, tonyina, i julivert) PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I PEBROT VERD FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) LLOM DE SALMÓ AL PAPILOTTE FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES TRUITA DE XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	GRAELLA DE VERDURES LLONZES DE LLOM AMB MEL BROQUETA DE FRUITA VARIADA	VICHYSOISE (crema de porros i patates) PIZZA CASOLANA DE TONYINA IOGURT
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ARRÒS AMB SALSINA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) TRUITA DE PATATES FRUITA DEL TEMPS	MENESTRA DE VERDURES BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES SÍPIA A LA PLANXA AMB ENCIAM I PIPES MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA TONYINA A LA PLANXA IOGURT BEGUT	PÈSOLS BULLITS AMB OLI PA AMB TOMÀQUET AMB PERNIL CUIT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Festiu	ARRÒS SALTEJAT AMB GALL D'INDI FUMAT LLOM DE SALMÓ AL PAPILOTTE FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES LLOM ADOBAT A LA PLANXA IOGURT	GRAELLA DE VERDURES PIT DE GALL D'INDI A LA PIZZAIOLA MACEDÒNIA DE FRUITES	PASTA AMB PORROS I XAMPINYONS CROQUETES DE CARN D' OLLA FRUITA DEL TEMPS

Necessitats Alimentàries Especials

1. Macarrons s/gluten	18. Caçó a la planxa	35. Carn a la planxa	52. Pasta amb tomàquet i tonyina	69. Bacallà a la planxa	86. Lluç a la planxa	103. Sense truita
2. Pasta sense ou	19. Llom a la planxa	36. Sense ou	53. Sense tonyina	70. Sense pèsols	87. Lluç a la planxa	104. Lluç a la planxa
3. Sense formatge	20. Lluç a la planxa	37. Sense tonyina	54. Amanida variada	71. Sense apio	88. Llom a la planxa	105. Crema de carbassó
4. Sense formatge	21. Vedella a la planxa	38. Lluç a la planxa	55. Lluç a la planxa	72. Arròs saltejat amb verdures	89. Lluç a la planxa	106. Sense làctic
5. Caçó a la planxa	22. Lluç a la planxa	39. Pollastre a la planxa	56. Lluç a la planxa	73. Lluç al forn	90. Lluç a la planxa	107. Sense làctic
6. Cuiinat sense vi	23. Lluç a la planxa	40. Lluç a la planxa	57. Croquetes pernil	74. Pollastre a la planxa	91. Lluç a la planxa	108. Llonzes a la planxa
7. Macarrons s/gluten	24. Pizza sense gluten	41. Lluç a la planxa	58. Lluç a la planxa	75. Sense beixamel	92. Lluç a la planxa	109. Caçó a la planxa
8. Pasta sense ou	25. Pizza sense ou	42. Llom a la planxa	59. Lluç a la planxa	76. Sense pernil	93. Cigrons amb verdures	110. Menestra de verdures
9. Sense formatge	26. Pizza de tonyina	43. Lluç a la planxa	60. Sense api	77. Sense beixamel	94. Verdura bullida amb patates	111. Vedella a la planxa
10. Sense formatge	27. Pizza tonyina sense formatge	44. Lluç a la planxa	61. Arrebossat s/gluten	78. Sense beixamel	95. Lluç a la planxa	112. Peix a la planxa
11. Croquetes s/gluten	28. Pizza tonyina sense formatge	45. Menestra de verdures	62. Arrebossat sense ou	79. Vedella a la planxa	96. Llom a la planxa	113. Peix a la planxa
12. Carn arrebossada sense ou	29. Pasta sense gluten	46. Hamburguesa de peix	63. Caçó a la planxa	80. Vedella a la planxa	97. Pasta sense gluten	114. Vedella a la planxa
13. Croquetes de peix	30. Pasta sense ou	47. Sense làctics	64. Pasta s/gluten napolitana	81. Mandonguilles de peix	98. Pasta sense ou	115. Vedella a la planxa
14. Pollastre arrebossat	31. Salsa napolitana	48. Sense làctics	65. Pasta sense ou	82. Vedella a la planxa	99. Truita vegana	116. Fideus sense gluten
15. Pollastre arrebossat	32. Salsa napolitana	49. Pasta s/gluten amb tomàquet i to	66. Macarrons a la napolitana	83. Llom a la planxa	100. Truita francesa	117. Pasta sense ou
16. Pollastre a la planxa	33. Cuiinat sense vi	50. Canelons d'espínacs	67. Macarrons a la napolitana	84. Vedella a la planxa	101. Hamburguesa de peix	118. Fideus amb verdures
17. Menestra de verdures	34. Farina sense gluten	51. Pasta amb tomàquet i tonyina	68. Pollastre a la planxa	85. Sense api	102. Hamburguesa de peix	119. Sense api

"Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT001111)"

EL DIA 22 HI HAURÀ MENÚ ESPECIAL AMB MOTIU DE LA DIADA DE SANT JORDI