MENÚ SENSE GLUTEN ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

SETEMBRE 2018

Eco Ataula
menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	12 AL 14			AMANIDA AMB PASTA SENSE GLUTEN,TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES* CROQUETES SENSE GLUTEN** AMB PASTANAGA RATLLADA PA S/GLUTEN I IOGURT	CREMA DE VERDURES (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) FRICANDO** (sense gluten) DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA S/GLUTEN I FRUITA	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÒ* BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA PA S/GLUTEN I FRUITA
		DILLUNS	**DIMARTS**	**DIMECRES**	**DIJOUS**	**DIVENDRES**
2	17 AL 21	MACARRONS SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA* AMB FORMATGE RATLLAT* LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA PA S/ GLUTEN I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (ARRÒS,PERNIL DOLÇ* I OLIVES) FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA PA S/GLUTEN I FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA ROSTIT DE LLOM AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA S/GLUTEN I GELAT*	LLENTIES ESTOFADES* REMENAT D´ESPARRECS I PORRO AMB PASTANAGA RATLLADA PA S/GLUTEN I FRUITA	CREMA DE VERDURES (PASTANAGA,PORRO I PATATA) PEIX** FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA S/GLUTEN I FRUITA
		DILLUNS	**DIMARTS**	**DIMECRES**	**DIJOUS**	**DIVENDRES**
3	24 AL 28	CREMA DE VERDURES (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA S/ GLUTEN I FRUITA	ESPAGUETTIS SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT* POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT PA S/GLUTEN I FRUITA	PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ* CAÇÓ ADOBAT* AMB AMANIDA VARIADA PA S/GLUTEN I NATILLA*	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (brou sense gluten) HAMBURGUESA* DE VEDELLA AMB HUMMUS* PA S/GLUTEN I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA CALAMARS EN SALSA PASTANAGA RATLLADA PA S/GLUTEN I FRUITA

*INGREDIENTS SENSE GLUTEN (verificar segons fitxes de proveïdors)
Els làctics són productes de La Fageda
L´arròs és ecològic
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica

**TOTS els productes sense gluten cuits o fregits en oli net, a part del menú basal
L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat
Un cop al mes la vedella és de producció ecològica

MENÚ SENSE LACTOSA ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

SETEMBRE 2018

Eco Ataula menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	12 AL 14			AMANIDA AMB ESPIRALS,TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES POLLASTRE ARREBOSSAT SENSE LLET AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT DE SOJA	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) FRICANDO DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÒ* BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA
		DILLUNS	**DIMARTS**	**DIMECRES**	**DIJOUS**	**DIVENDRES**
2	17 AL 21	MACARRONS A LA BOLONYESA* (S/FORMATGE) LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (ARRÒS,PERNIL DOLÇ* I OLIVES) FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA PA I FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA ROSTIT DE LLOM AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I GELAT DE GEL SENSE LLET	LLENTIES ESTOFADES REMENAT D´ESPARRECS I PORRO AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PASTANAGA,PORRO I PATATA) PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
		DILLUNS	**DIMARTS**	**DIMECRES**	**DIJOUS**	**DIVENDRES**
3	24 AL 28	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE) POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ* CAÇO ADOBAT* AMB AMANIDA VARIADA PA I IOGURT DE SOJA	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS HAMBURGUESA* DE VEDELLA AMB HUMMUS* PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA CALAMARS EN SALSA PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA

*INGREDIENTS SENSE LACTOSA (verificar segons fitxes de proveïdors)
Tota la pasta, els llegums i l´arròs són ecològics
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica

L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat
Un cop al mes la vedella és de producció ecològica

MENÚ SENSE LACTOSA, PLV NI VEDELLA ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

SETEMBRE 2018

Eco Ataula
menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	12 AL 14			AMANIDA AMB ESPIRALS,TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES* POLLASTRE ARREBOSSAT SENSE LLET** AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT DE SOJA	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÒ* BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA* PA I FRUITA
2	17 AL 21	MACARRONS A LA NAPOLITANA* (S/FORMATGE NI CARN) LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (ARRÒS,PERNIL DOLÇ* I OLIVES*) FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA PA I FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA ROSTIT DE LLOM AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I GELAT DE GEL SENSE LLET	LLENTIES ESTOFADES (sense carn de vedella) REMENAT D´ESPARRECS I PORRO AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PASTANAGA,PORRO I PATATA) PEIX** FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
3	24 AL 28	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE) POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ* CAÇO ADOBAT* AMB AMANIDA VARIADA* PA I IOGURT DE SOJA	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS HAMBURGUESA* DE POLLASTRE AMB HUMMUS* PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA CALAMARS EN SALSA PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA

*INGREDIENTS SENSE LACTOSA, PLV NI VEDELLA (verificar segons fitxes de p

Tota la pasta, els llegums i l´arròs són ecològics

Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques

La sal és de producció ecològica

L´oli de oliva és de producció ecològica

Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica

Dos cops al mes el peix serà de proximitat

** FREGITS EN OLI NOU I A PART, ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART

MENÚ SENSE VEDELLA ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

SETEMBRE 2018

Eco A t a u l a
menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	12 AL 14			AMANIDA AMB ESPIRALS,TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES CROQUETES DE POLLASTRE AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT	CREMA DE VERDURES (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÒ BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA
2	17 AL 21	MACARRONS A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (ARRÒS,PERNIL DOLÇ I OLIVES) FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA PA I FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA ROSTIT DE LLOM AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I GELAT	LLENTIES ESTOFADES (sense carn de vedella) REMENAT D´ESPARRECS I PORRO AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	CREMA DE VERDURES (PASTANAGA,PORRO I PATATA) PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
3	24 AL 28	CREMA DE VERDURES (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ CAÇO ADOBAT AMB AMANIDA VARIADA PA I NATILLAS	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB HUMMUS PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA CALAMARS EN SALSA PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA

Els làctics són productes de La Fageda
Tota la pasta, els llegums i l´arròs són ecològics
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica

L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat

MENÚ SENSE OU ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

SETEMBRE 2018

Eco Ataula menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	**12 AL 14**		**AMANIDA AMB PASTA SENSE OU, TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES** **POLLASTRE ARREBOSSAT SENSE OU** AMB PASTANAGA RATLLADA** **PA I IOGURT**	**CREMA DE VERDURES** (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) **FRICANDO** (s/ou) DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET** **PA I FRUITA**	**CIGRONS SALTEJATS AMB BACÒ*** **BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA** **PA I FRUITA**
2	**17 AL 21**	**MACARRONS SENSE OU A LA BOLONYESA* AMB FORMATGE RATLLAT*** **LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA** **PA I FRUITA**	**ARRÒS 3 DELICIES** (ARRÒS,PERNIL DOLÇ* I OLIVES) **FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA** **PA I FRUITA**	**MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA** **ROSTIT DE LLOM AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT** **PA I GELAT SENSE OU**	**LLENTIES ESTOFADES** **POLLASTRE A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA** **PA I FRUITA**	**CREMA DE VERDURES** (PASTANAGA,PORRO I PATATA) **PEIX** FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA** **PA I FRUITA**
3	**24 AL 28**	**CREMA DE VERDURES** (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) **BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET** **PA I FRUITA**	**ESPAGUETTIS SENSE OU A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT*** **POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT** **PA I FRUITA**	**PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ*** **CAÇÓ ADOBAT* AMB AMANIDA VARIADA** **PA I IOGURT**	**SOPA DE PEIX AMB ARRÒS** **HAMBURGUESA* DE VEDELLA AMB HUMMUS*** **PA I FRUITA**	**COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA** **CALAMARS EN SALSA PASTANAGA RATLLADA** **PA I FRUITA**

*** INGREDIENTS SENSE OU (verificar segons fitxes de proveïdors)**

Els làctics són productes de La Fageda
Els llegums i l´arròs són ecològics
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica

****TOTS els productes sense ou cuits o fregits en oli net, a part del menú basal**

L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat
Un cop al mes la vedella és de producció ecològica

MENÚ SENSE OU NI FRUITS SECS ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

SETEMBRE 2018

Eco A t a u l a
menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	**12 AL 14**		**AMANIDA AMB PASTA SENSE OU, TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES** **POLLASTRE ARREBOSSAT SENSE OU** AMB PASTANAGA RATLLADA** **PA I IOGURT**	**CREMA DE VERDURES** (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) **FRICANDO** (s/ou) DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET (S/PICADA)** **PA I FRUITA**	**CIGRONS SALTEJATS AMB BACÒ*** **BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA** **PA I FRUITA**
2	**17 AL 21**	**MACARRONS SENSE OU A LA BOLONYESA* AMB FORMATGE RATLLAT*** **LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA** **PA I FRUITA**	**ARRÒS 3 DELICIES** (ARRÒS,PERNIL DOLÇ* I OLIVES) **FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA** **PA I FRUITA**	**MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA** **ROSTIT DE LLOM AL FORN (S/PICADA) AMB TOMÀQUET AMANIT** **PA I GELAT S/OU NI FRUITS SECS**	**LLENTIES ESTOFADES (S/PICADA)** **POLLASTRE A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA** **PA I FRUITA**	**CREMA DE VERDURES** (PASTANAGA,PORRO I PATATA) **PEIX** FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA** **PA I FRUITA**
3	**24 AL 28**	**CREMA DE VERDURES** (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) **BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET** **PA I FRUITA**	**ESPAGUETTIS SENSE OU A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT*** **POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT** **PA I FRUITA**	**PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ*** **CAÇÓ ADOBAT* AMB AMANIDA VARIADA** **PA I IOGURT**	**SOPA DE PEIX AMB ARRÒS** **HAMBURGUESA* DE VEDELLA AMB AMANIDA** **PA I FRUITA**	**COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA** **CALAMARS EN SALSA (S/PICADA) AMB PASTANAGA RATLLADA** **PA I FRUITA**

*** INGREDIENTS SENSE OU, FRUITS SECS NI PICADA DE FRUITS SECS (verificar s **TOTS els productes sense ou cuits o fregits en oli net, a part del menú basal**

Els làctics són productes de La Fageda
Els llegums i l´arròs són ecològics
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica
L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat
Un cop al mes la vedella és de producció ecològica

MENÚ SENSE LLENTIES ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

SETEMBRE 2018

Eco Ataula
menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	12 AL 14			AMANIDA AMB ESPIRALS,TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES CROQUETES* DE POLLASTRE AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT	CREMA DE VERDURES (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) FRICANDO DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÒ BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA
		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	17 AL 21	MACARRONS A LA BOLONYESA AMB FORMATGE RATLLAT LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (ARRÒS,PERNIL DOLÇ I OLIVES) FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA PA I FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA ROSTIT DE LLOM AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I GELAT	PATATES ESTOFADES REMENAT D´ESPARRECS I PORRO AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	CREMA DE VERDURES (PASTANAGA,PORRO I PATATA) PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3	24 AL 28	CREMA DE VERDURES (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ CAÇO ADOBAT AMB AMANIDA VARIADA PA I NATILLAS	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA CALAMARS EN SALSA PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA

*INGREDIENTS SENSE LLENTIES (verificar segons fitxes de proveïdors)

Els làctics són productes de La Fageda
Tota la pasta, els llegums i l´arròs són ecològics
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica
L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat
Un cop al mes la vedella és de producció ecològica

Eco Ataula
menjadors escolars ecològics

MENÚ SENSE MARISC ESCOLA JOSEP TARRADELL

SETEMBRE 2018

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	12 AL 14			AMANIDA AMB ESPIRALS,TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES* CROQUETES** DE POLLASTRE AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT	CREMA DE VERDURES (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) FRICANDO** DE VEDELLA AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÒ BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA
		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	17 AL 21	MACARRONS A LA BOLONYESA AMB FORMATGE RATLLAT LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (ARRÒS,PERNIL DOLÇ I OLIVES*) FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA PA I FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA ROSTIT DE LLOM AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I GELAT	LLENTIES ESTOFADES REMENAT D´ESPARRECS I PORRO AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	CREMA DE VERDURES (PASTANAGA,PORRO I PATATA) PEIX** (NO MARISC) FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3	24 AL 28	CREMA DE VERDURES (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	PÈSOLS SALTEJATS AMB BACÓ CAÇÓ ADOBAT* AMB AMANIDA VARIADA PA I NATILLAS	SOPA VEGETAL AMB ARRÒS HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB HUMMUS PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA OUS DURS EN SALSA PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA

Els làctics són productes de La Fageda
Tota la pasta, els llegums i l´arròs són ecològics
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica

L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat
Un cop al mes la vedella és de producció ecològica

MENÚ BAIX EN COLESTEROL ESCOLA JOSEP TARRADELLAS SETEMBRE 2018

Eco Ataula menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	12 AL 14			AMANIDA AMB ESPIRALS,TOMÀQUET,BLAT DE MORO I OLIVES POLLASTRE A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT DESNATAT	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) VEDELLA AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	CIGRONS SALTEJATS (SENSE BACÓ) BACALLÀ AMB SAMFAINA AMB AMANIDA VARIADA PA I FRUITA
		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	17 AL 21	MACARRONS A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE NI CARN) LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA PA I FRUITA	ARRÒS 3 DELICIES (ARRÒS,PERNIL DOLÇ I OLIVES) FILET DE GALL DINDI AMB SOFREGIT D´ALL I CEBA PA I FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA ROSTIT DE LLOM AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT PA I GELAT DE GEL	LLENTIES ESTOFADES REMENAT D´ESPARRECS I PORRO AMB PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PASTANAGA,PORRO I PATATA) PEIX (NO MARISC) FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB AMANIDA DE TONYINA PA I FRUITA
		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3	24 AL 28	CREMA DE VERDURES S/LACTIS (PATATA,CARBASSÓ, PORRO) BACALLÀ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET PA I FRUITA	ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE) POLLASTRE ECO ROSTIT AMB TOMÀQUET AMANIT PA I FRUITA	PÈSOLS SALTEJATS (SENSE BACÓ) CAÇO ADOBAT AMB AMANIDA VARIADA PA I IOGURT DESNATAT	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS LLOM A LA PLANXA AMB HUMMUS PA I FRUITA	COL I PATATA BULLIDA AMB OLI D´OLIVA OUS DURS EN SALSA PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA

Els làctics són productes de La Fageda
Tota la pasta, els llegums i l´arròs són ecològics
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica

L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat
Un cop al mes la vedella és de producció ecològica

MENÚ BAIX EN FRUCTOSA ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

SETEMBRE 2018

Eco A t a u l a
menjadors escolars ecològics

Menús controlats per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

DINARS | SOPARS RECOMANATS | PRODUCTE

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	12 AL 14			ESPIRALS AROMATITZATS CROQUETES DE POLLASTRE AMB COGOMBRE PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	CREMA DE VERDURES PERMESES VEDELLA AL FORN PA I IOGURT NATURAL O SENSE SUCRE	PATATA I VERDURA PERMESA BULLIDA BACALLÀ AMB ENCIAM PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE
2	17 AL 21	MACARRONS AMB FORMATGE RATLLAT (S/SOFREGIT) LLUÇ AL FORN AMB PATATA (S/CEBA) PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	ARRÒS AMB VERDURETES PERMESES FILET DE GALL DINDI AL FORN PA I IOGURT NATURAL O SENSE SUCRE	PATATA I VERDURA PERMESA BULLIDA ROSTIT DE LLOM AL FORN (SENSE TOMÀQUET AMANIT) PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	PATATES ESTOFADES TRUITA A LA FRANCESA AMB COGOMBRE PA I IOGURT NATURAL O SENSE SUCRE	CREMA DE VERDURES PERMESES PEIX FRESC DE PROXIMITAT DE VILANOVA I LA GELTRÚ AMB ENCIAM I TONYINA PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE
3	24 AL 28	CREMA DE VERDURES PERMESES BACALLÀ AL FORN PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	ESPAGUETTIS AMB FORMATGE RATLLAT (S/SOFREGIT) POLLASTRE ECO ROSTIT AMB COGOMBRE AMANIT PA I IOGURT NATURAL O SENSE SUCRE	VERDURA PERMESA SALTEJADA AMB BACÓ CAÇO ADOBAT AMB ENCIAM PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB XAMPINYONS (SENSE HUMMUS) PA I IOGURT NATURAL O SENSE SUCRE	PATATA I VERDURA PERMESA BULLIDA CALAMARS AMB SUC PA I IOGURT NATURAL O S/ SUCRE

*Tots els ingredients utilitzats cal verificar segons etiqueta i fitxes de proveïdors que no contenen ni estan fets amb FRUCTOSA o SORBITOL.

** Donat que algunes llegums i hortalisses es poden consumir en petites quantitats al llarg del dia, cal contrastar amb la quantitat ingerida al sopar segons el límit de tolerància

Els làctics són productes de La Fageda
Tota la pasta, els llegums i l´arròs són ecològics
Totes les fruites i verdures de temporada són ecològiques
La sal és de producció ecològica
L´oli de oliva és de producció ecològica
Un cop al mes el pollastre serà de producció ecològica
Dos cops al mes el peix serà de proximitat
Un cop al mes la vedella és de producció ecològica