



MENÚ PROFESSORS - SETEMBRE 2018

ESCOLA RIUS I TAULET

		DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
		Macarrons amb sofregit de ceba i tomàquet i formatge ratllat	Mongeta tendra amb patates	Cigrons eco amb samfaina
		Pit de pollastre a la planxa amb verdures saltades	Botifarra a la planxa amb escalibada	Peix fresc enfarinat amb espàrrecs verds
		Iogurt de granja	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
Arròs saltat amb ceba, formatge i carbassó	Puré de carbassa i pastanaga	Llenties eco estofades amb arròs	Espaguettis amb tomàquet i formatge ratllat	Cigrons amb bròquil i patates
Llom a la planxa amb juliana de ceba i tomàquet	Llobarro al forn amb ceba i patates	Pollastre rostit al forn amb llimona i romaní	Wok de vedella amb verduretes	Lluç a la planxa amb all i julivert i escalibada
Fruita del temps	Iogurt de granja	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
Espirals amb tomàquet, ceba i pebrot verd	Pèsols al vapor saltats amb pernil	Risotto d'arròs amb formatge i verduretes	Cassola eco de mongetes seques i pastanaga	Puré de verdures de temporada
Hamburguesa de vedella amb panatxé de verdures a la planxa	Peix fresc enfarinat i patates al forn amb fines herbes	Llom a la planxa amb pebrots verds	Pit de pollastre a la planxa amb verdures saltades	Bacallà amb samfaina
Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt de granja	Fruita del temps	Fruita del temps



Les nostres fruites i verdures són fresques, d'agricultura sostenible i de proximitat, les hamburgueses i mandonguilles s'el·laboren íntegrament a l'escola amb carn de primera qualitat, el peix fresc prové de les llotges catalanes i utilitzem sempre oli d'oliva per cuinar. Dos dies al mes oferim un menú únicament amb proteïna vegetal potenciant l'ús de verdures i llegums.