

Menú Octubre

Escola La Seda

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Arròs tres delícies (pèsol, blat de moro i pastanaga) Filet de lluç al forn Fruita	2 Amanida de mongetes blanques Croquetes de pernil amb pastanaga ratllada Fruita	3 Macarrons integrals a la norma Remenat d'ou amb formatge, enciam i pebrot vermell Fruita	4 Bròquil saltejat Pollastre rostit amb orenga Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga i olives logurt
7 Llaços amb crema de formatge Filet d'abadejo arrebossat, enciam i ceba Fruita	8 Llenties estofades amb patata Truita de carbassó, amanida de tomàquet i cogombre Fruita	9 Crema de porros natural amb crostons Pollastre "Tandoori" i enciam Fruita	10 Escudella amb galets Cigrons amb salsa bolonyesa vegetal i legumbreta Fruita	11 <u>TERRA MEIGA</u> Arròs caldós de carbassa i musclos Lacón sobre puré de bledes i oli de pebre vermell Bica gallega
14 Mongetes tendres saltejades amb sobrassada Pollastre rostit amb farigola en el seu suc, enciam i tomàquet Fruita	15 Arròs amb tomàquet i orenga Truita francesa, encima i cogombre Fruita	16 Mongetes blanques amb juliana de verdura San Jacobo de gall dindi i formatge al forn Xampinyons amb julivert Fruita	17 Espaguetis a la carbonara Salmó amb llimona enciam i blat de moro logurt	18 Crema de pèsols amb menta Mandonguilles amb salsa i patates daus Fruita
21 Llenties estofades amb pastanaga Filet d'agulla de porc al forn tomàquet i pastanaga Fruita	22 Verdura tricolor (coliflor, mongeta tendra, pastanaga) Filet de bacallà al forn patates al caliu logurt	23 Sopa de fideus Cigrons guisats amb botifarra Fruita	24 Arròs amb samfaina Pollastre rostit amb romaní amanida verda Fruita	25 Fideuà amb sofregit de verdures i legumbreta Truita de tonyina encima i col llombarda Fruita
28 Sopa de verdures Aletes amb patates Fruita	29 Arròs Thai Lluç a la riojana Fruita	30 Mongetes blanques guisades amb espinacs Truita de patates amanida d'enciam i poma Fruita	31 <u>DIA DE LA CASTANYADA</u> Crema de carbassa i moniato Hamburguesa mixta monstruosa amb tomàquet i formatge Gelats	