



les alzines

MENÚ DE LLAR 1 I LLAR 2

OCTUBRE 2017

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 5
D	Espaguetis amb tomàquet Varetes de lluç logurt	Crema de verdures Hamburguesa de vedella Fruita	Llenties amb verdures Truita Fruita	Arròs amb tomàquet Pollastre amb carbassó Fruita	Brou de pollastre i verdures Llom al forn Fruita
B	Pa amb pernil. Suc	logurt amb galetes	Got de llet. Pa amb xocolata	logurt amb melindros	Pa amb formatge. Suc
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
D	Macarrons gratinats Filet de limanda logurt	Cigrons i patates bullides Croquetes de pollastre Fruita	Mongetes tendres, patates i pastanagues Mandonguilles amb suc Fruita	MARE DE DÉU DEL PILAR	FESTA LLIURE DISPOSICIÓ
B	Pa amb pernil. Suc	logurt amb galetes	Got de llet. Pa amb xocolata		
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
D	Llenties amb verdures Truita de patates logurt	Crema de carbassó Salsitxes Fruita	Arròs amb tomàquet Llom al forn Fruita	Brou de carn i verdures Pollastre rostit amb pastanaga i ceba Fruita	Espaguetis amb tomàquet i formatge Varetes de lluç Fruita
B	Pa amb pernil. Suc	logurt amb galetes	Got de llet. Pa amb xocolata	logurt amb melindros	Pa amb formatge. Suc
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
D	Arròs amb tomàquet Pollastre amb suc logurt	Mongetes tendres i patates Hamburguesa de vedella Fruita	Cigrons estofats amb verdures Croquetes de pollastre Fruita	Macarrons gratinats Filet de limanda Fruita	Brou de pollastre i verdures Truita de patates Fruita
B	Pa amb pernil. Suc	logurt amb galetes	Got de llet. Pa amb xocolata	logurt amb melindros	Pa amb formatge. Suc
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
	Fideus a la cassola Varetes de lluç logurt	Llenties amb verdures Truita de patates Fruita			
	Pa amb pernil. Suc	logurt amb galetes			

**les alzines****MENÚ D'EDUCACIÓ INFANTIL (P-3, P-4 I P5)****OCTUBRE 2017**

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
D	Espaguetis amb tomàquet Varetes de lluç amb enciam i pastanaga iogurt	Crema de verdures Hamburguesa de vedella Fruita	Llenties amb verdures Truita amb enciam Fruita	Arròs amb tomàquet Pollastre amb carbassó Fruita	Brou de pollastre i verdures Llom al forn amb patates Fruita
SR	<i>Verdura / Pollastre / Fruita</i>	<i>Arròs / Peix / Fruita</i>	<i>Verdura / Vedella / Fruita</i>	<i>Patates / Ous / Fruita</i>	<i>Amanida / Peix / Fruita</i>
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
D	Macarrons gratinats Filet de limanda amb enciam i pastanaga iogurt	Cigrons i patates bullides Croquetes de pollastre Fruita	Mongetes tendres, patates i pastanagues Mandonguilles amb suc Fruita	MARE DE DÉU DEL PILAR	FESTA LLIURE DISPOSICIÓ
SR	<i>Verdura / Vedella / Fruita</i>	<i>Brou / Peix / Fruita</i>	<i>Patates / Ous / Fruita</i>		
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
D	Llenties amb verdures Truita de patates iogurt	Crema de carbassó Salsitxes amb seques Fruita	Arròs amb tomàquet Llom al forn amb xampinyons Fruita	Brou de carn i verdures Pollastre rostit amb pastanaga i ceba Fruita	Espaguetis amb tomàquet i formatge Varetes de lluç amb enciam Fruita
SR	<i>Arròs / Peix / Fruita</i>	<i>Amanida / Pollastre / Fruita</i>	<i>Verdura / Peix / Fruita</i>	<i>Patates / Ous / Fruita</i>	<i>Verdura / Vedella / Fruita</i>
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
D	Arròs amb tomàquet Pollastre amb suc i carbassó iogurt	Mongetes tendres i patates Hamburguesa de vedella Fruita	Cigrons estofats amb verdures Croquetes de pollastre amb enciam Fruita	Macarrons gratinats Filet de limanda amb enciam i pastanaga Fruita	Brou de pollastre i verdures Truita de patates Fruita
SR	<i>Verdura / Peix / Fruita</i>	<i>Arròs / Ous / Fruita</i>	<i>Brou / Gall dindi / Fruita</i>	<i>Verdura / Vedella / Fruita</i>	<i>Amanida / Peix / Fruita</i>
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
D	Fideus a la cassola Varetes de lluç amb enciam i pastanaga iogurt	Llenties amb verdures Truita de patates Fruita			
SR	<i>Verdura / Vedella / Fruita</i>	<i>Arròs / Pollastre / Fruita</i>			

D: Dinar a l'escola / SR: Sopar recomanat segons el dinar escolar.

Els alumnes de P-3, P-4 i P-5 menjaran una peça de fruita o un làctic a 3/4 d'11 del matí i berenaran a 1/4 de 5 de la tarda, sempre alternant un d'aquests dos aliments.



	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
D	Tallarines amb bacó i crema de llet Arròs bullit Varetes de lluç amb enciam i pastanaga Pollastre a la planxa / Fruita	Crema de verdures Patates i pastanagues Hamburguesa de vedella amb tomàquet i formatge Lluç a la planxa / loqurt	Llenties amb verdures Arròs bullit Trita de patates amb enciam i olives Gall dindi a la planxa / Fruita	Amanida d'arròs Arròs bullit Pit de pollastre amb carbassó Fruita	Brou de pollastre i verdures Patates i pastanagues Llom a la planxa amb patates i amanida Fruita
SR	Verdura / Pollastre / Fruita	Arròs / Peix / Fruita	Verdura / Vedella / Fruita	Patates / Ous / Fruita	Amanida / Peix / Fruita
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
D	Macarrons gratinats Patates i pastanagues Filet de limanda amb enciam i pastanaga loqurt	Cigrons i patates bullides Arròs bullit Croquetes de pollastre amb tomàquet i olives Pollastre a la planxa / Fruita	Verdures al vapor (mongetes, pastanagues, bròcoli) Patates i pastanagues Mandonquilles amb suc Llom a la planxa / Fruita	MARE DE DÉU DEL PILAR	FESTA LLIURE DISPOSICIÓ
SR	Verdura / Vedella / Fruita	Brou / Peix / Fruita	Patates / Ous / Fruita		
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
D	Llenties amb verdures Arròs bullit Trita de patates amb tomàquet amanit Pollastre a la planxa / loqurt	Crema de carbassó Patates i pastanagues Salsitxes amb seques Lluç a la planxa Fruita	Arròs amb tomàquet Arròs bullit Escalopa de llom amb xampinyons Llom a la planxa Fruita	Brou de carn i verdures Patates i pastanagues Pollastre rostit amb pastanaga i ceba Fruita	Espaquetis amb tomàquet i formatge Arròs bullit Lluç a la planxa amb enciam Fruita
SR	Arròs / Peix / Fruita	Amanida / Pollastre / Fruita	Verdura / Peix / Fruita	Patates / Ous / Fruita	Verdura / Vedella / Fruita
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
D	Arròs amb tomàquet Arròs bullit Pit de pollastre a la planxa amb carbassó loqurt	Mongetes tendres i patates Patates i pastanagues Hamburguesa de vedella amb tomàquet i formatge Lluç a la planxa / Fruita	Cigrons estofats amb verdures Arròs bullit Croquetes de pollastre amb enciam Pollastre a la planxa Fruita	Macarrons gratinats Patates i pastanagues Filet de limanda amb enciam i pastanaga Fruita	Brou de pollastre i verdures Arròs bullit Ous amb patates, quetxup i amanida Llom a la planxa / Fruita
SR	Verdura / Peix / Fruita	Arròs / Ous / Fruita	Brou / Gall dindi / Fruita	Verdura / Vedella / Fruita	Amanida / Peix / Fruita
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
D	Fideus a la cassola Patates i pastanagues Varetes de lluç amb enciam i pastanaga Lluç a la planxa / loqurt	Llenties amb verdures Arròs bullit Trita de patates amb tomàquet amanit Pollastre a la planxa / Fruita			
SR	Verdura / Vedella / Fruita	Arròs / Pollastre / Fruita			

D: Dinar a l'escola / SR: Sopar recomenat segons el dinar escolar. **Règim** Les alumnes amb al·lèrgies mejaran el mateix menú però amb ingredients sense al·lèrgens.

El pa, la amanida i l'aigua sempre presents. Les alumnes de Batxillerat podran escollir cada dia a més de 1r plat del menú entre arròs, verdura o amanida