


MENÚ D'OCTUBRE



MOSSEGADES

Menjador Escolar

AMB PROPOSTES DE SOPARS

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
TRAMPÓ DE CIURONS HAMBURGUESA DE POLLASTRE MONGETA VERDA I PASTANAGA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA DE LLAÇOS AMB TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,4) CUIXES DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMANIDA DE LLETUGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BULLIT (1,2,3,4,6,9,14) AGUIAT DE LLUÇ AMB PATATES I CARBASSÓ (4) IOGURT (7)	CREMA DE LLENTIES AMB CARBASSA TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA DE TOMÀTIGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL (3,6,7,12) PAELLA MIXTA (2,4,14) FRUITA DEL TEMPS
Tomàtiga amb alvocat + ous al forn amb moniato fruita del temps	Crema de pastanaga i taronja + pa amb oli de formatge fruita del temps	Croquetes de pollastre amb bròquil i pastanaga bullida fruita del temps	Coliflor i patata gratinada + indiots a la planxa fruita del temps	Sopa + daurada al forn amb carbassó fruita del temps
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA DE COGOMBRE I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE CIURONS AMB ESPINACS POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA DE REMOLATXA I POMA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	FESTIU 	ARRÒS 3 DELICIES (1,3,6,7) TILAPIA AL FORN (4) AMANIDA DE LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ I PORRO LLOM AMB Salsa DE XAMPINYONS I ARRÒS BLANC (7) FRUITA DEL TEMPS
Lluç al forn amb patata i salsa de tomàtiga i porro fruita del temps	Creps de pernil i formatge + xampinyons fruita del temps		Sopa de bullit amb mongeta verda, patata i pollastre fruita del temps	Humus de cigrò amb palets de pastanaga + truita francesa fruita del temps
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
AMANIDA GREGA: COGOMBRE, TOMÀTIGA, OLIVES NEGRES I FORMATGE (7) POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS	TALLARINS ASIÀTICS AMB VERDURETES I SOJA (1,6) BACALLÀ AL FORN (4) TRAMPÓ AMB POMA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA ARRÒS A LA CUBANA AMB Salsa DE TOMÀTIGA I OU DUR (3) FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) AMANIDA DE LLETUGA I PASTANAGA RATLLADA IOGURT (7)	SOPA DE BULLIT (1,2,3,4,6,9,14) BULLIT COMPLET AMB CARN D'OLLA, MONGETA VERDA, PASTANAGA I PATATA (6,12) FRUITA DEL TEMPS
Crema de carbassa + remenat d'ou amb pernil fruita del temps	Amanida + pa amb oli de pernil fruita del temps	Hamburguesa d'espínacs + puré de patata fruita del temps	Indiots a la planxa amb coliflor i xips de moniato fruita del temps	Salmó a la planxa amb bròquil i pastanaga bullida fruita del temps
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
ARRÒS DE PEIX (4) ESCALOP MAGRE DE PORC (1,3,6,7,13) AMANIDA DE PASTANAGA, APID, POMA I Salsa IOGURT (7) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CIURÓ I PASTANAGA LLUÇ A LA PLANXA (4) TUMBET IOGURT (7)	AMANIDA GREGA: COGOMBRE, TOMÀTIGA, OLIVES NEGRES I FORMATGE (7) POLLASTRE AL CURRI AMB ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA BLANCA AMB CLOÏSSES SENSE CLOSCA REMENAT D'OU AMB TOMÀTIGA (3) AMANIDA DE LLETUGA, I TONYINA (4) FRUITA DEL TEMPS	ESPAGUETIS DE VAMPIR * (explicació a l'altre pàgina) SALSITXES MÒMIA * MOC VERD DE MOSTRE * PLÀTAN FANTASMA* Crema de verdures + indiots a la planxa amb tomàtiga fruita del temps
Fruita de patata + amanida d'alvocat i tomàtiga fruita del temps	Sopa + pilotes bullides amb mongeta verda fruita del temps	Seitons arrebossats + coliflor amb patata bullida fruita del temps	"burritos de carn" amb verdures fruita del temps	
DILLUNS 31				
				



NEUS GOYENECHÉ TARRIDA

Dietista-Nutricionista

Nº Col. IB0088

MENÚ D'OCTUBRE

AMB PROPOSTES DE SOPARS



INFORMACIÓ SOBRE ELS MENÚS:

Cada dia es donarà pa moreno elaborat a la nostra cuina i aigua per acompanyar els dinars
Els menús s'adaptaran a les necessitats especials dels alumnes amb al·lèrgies i/o intoleràncies alimentàries **sempre que duquin al centre una prescripció mèdica**.

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte la següent normativa : El Decret 39/2019, del BOE 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears així com el " Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos"

Tenim en compte el Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 al·lèrgens numerats de l'1 al 14.

Podeu consultar els nostres menús a la pàgina web de l'escola ceipblanquerna.cat.
Per qualsevol dubte, agraiement, suggeriment o queixa del servei poden dirigir-se al següent correu menjadorceipblanquerna.com

MENÚ ESPECIAL: CADA MES FEM UN DIA TEMÀTIC AMB PLATS DIVERTITS, A CONTINUACIÓ EXPLIQUEM EL QUE FAREM PER CELEBRAR EL HALLOWIN PER TAL QUE CONEGUEU ELS INGREDIENTS DELS PLATS TEMÀTICS PER SI VOLEU REPETIR ALGÚN D'ELLS A CASA

1r PLAT: ESPAGUETIS DE VAMPIR: espaguetis blancs bullits amb salsa napolitana adornat amb ous que fagin d'ulls i de dents i olives negres que faran de pupiles.



2n PLAT: MOMIES DE SALSITXA AMB MOC VERD DE MOSTRE: salsitxes envoltades amb hojaldre i fetes al forn amb uns ulls pintats amb mostassa amb una salsa de guacamole.



POSTRE: FANTASMES DE PLÀTAN: plàtans amb xocolata

