

# Menú Escola Ferran Sunyer

Setembre 2016



www.alimentart.com



**12** Dilluns

Espaguetis amb tomàquet sofregit i tonyina  
Croquetes de Pollastre amb amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps  
706Cal 90Hc 23Gr 33Pro

**13** Dimarts

Mongeta tendra amb patata  
Fricandó de vedella amb salseta de pèsols i pastanaga  
Fruita del temps  
572Cal 65Hc 19Gr 32Pro

**14** Dimecres

Llenties Ecològiques  
Guisades amb verdures fresques  
Trita a la francesa amb amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps  
610Cal 62Hc 23Gr 37Prot

**15** Dijous

Sopa d'au amb pasta fina  
Contra cuixa de pollastre a les fines herbes amb patates "a lo pobre"  
Fruita Ecològica  
630Cal 67Hc 24 Gr 35Pro

**16** Divendres

Arròs a la Cassola amb verduretes i bolets  
Filet de Lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre  
Gelats  
687Cal 88Hc 23Gr 31Prot

**19**

Sopa de peix amb cap de rap i pasta fina  
Trita de patata, ceba i carbassó amb amanida d'enciam eco i olives  
Fruita del temps  
577 Cal 52Hc 29Gr 26Pro

**20**

Amanida amb tomàquet, blat de moro i pastanaga  
Hamburguesa de vedella plx amb ceba caramel·litzada  
Fruita del temps  
656Cal 81Hc 23Gr 28Prot

**21**

Amanida de llacets amb blat de moro, ou dur i olives  
Bacallà al forn amb verduretes ecològiques  
Fruita del temps  
568Cal 62Hc 20Gr 36Pro

**22**

Mezclum d'amanida amb cogombre i olives  
Cigrons ecològics amb arròs integral  
Fruita ecològica  
679Cal 58Hc 32Gr 37Pro

**23**

Crema tèbia de porro, patata i ceba  
Llom arrebossat (pa ratllat i kikos) i amanida de tomàquet ecològic  
Iogurt de la Fageda  
607Cal 59Hc 25Gr 34Pro

**26**

Spirals amb verdures ecològiques de temporada  
Remenat d'ous amb gambetes i amanida d'enciam  
Fruita del temps  
702Cal 73Hc 31Gr 31Prot

**27**

Trinxat de Col i patata amb allet i ceba  
Pollastre al Xilindrón (tomàquet, ceba, xampinyons i pernil)  
Fruita del temps  
585Cal 72Hc 17Gr 34Prot

**28**

Paella de verdures i pollastre ecològic  
Lluç arrebossat casolà a tires amb amanida d'enciam i cogombre  
Gelats  
794Cal 91Hc 31Gr 37Pro

**29**

Sopa d'au ecològica amb Galets  
Rodo de Gall d'indi amb salseta de bolets  
Fruita del temps  
556Cal 69Hc 17Gr 33Pro

**30**

Amanida llegums (llenties) amb enciam, tomàquet i vinagreta de Mòdena  
Pizza Casolana de formatge i tonyina  
Fruita Ecològic  
680Cal 71Hc 24Gr 39Pro

Les fruites del temps son : pera, plàtan, poma, síndria, meló, kiwi

Dietista-Nutricionista Lourdes Bàguena Núm. Col.: CAT000460

**Aliment Art us dona la benvinguda aquest curs 2016-17**  
**Us fem arribar el nostre menú del mes de Setembre en format paper per dir-vos que, a partir d'ara, podreu trobar el menú de la vostra escola, a la pàgina web de l'empresa.**

[www.alimentart.com](http://www.alimentart.com)

Usuari: **Nom de l'escola**

Contrasenya: **ARTI**

Aliment Art