




ESCOLA ITACA

MENÚ VEGETARIÀ

ABRIL 2019

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
<p><b>Mongetes seques guisades amb verdures</b>  <b>Mandonguilles De verdura i llegum amb pasta saltada</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Crema de carbassa i taronja</b>  <b>Hamburguesa vegetal amb arròs blanc</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Espaguetis amb salsa de porros</b>  <b>Truita de patata amb amanida</b>  <b>logurt natural</b></p>	<p><b>Arròs tres delícies</b>  <b>Tofu arrebossat amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Cigrons guisats amb cuscús</b>  <b>Pizza vegetal</b>  <b>Amanida</b>  <b>Fruita</b></p>
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
<p><b>Espirals amb salsa de xampinyons</b>  <b>Croquetes de verdura i llegum amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Arròs amb tomàquet</b>  <b>Daus de tofu rostits amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Verdura del temps</b>  <b>Truita de formstge amb amanida</b>  <b>logurt de maduixa</b></p>	<p><b>Llenties guisades amb verdures</b>  <b>Seità arrebossat amb patates panadera al forn</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Crema de verdura amb crostons</b>  <b>Mandonguilles de llegum i arròs</b>  <b>Fruita</b></p>
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
<b>FESTA</b>	<p><b>Espirals</b>  <b>A la carbonara vegetal</b>  <b>Ous durs i pastanaga ratllada</b>  <b>Pastís de Sant Jordi</b></p> 	<p><b>Cigrons guisats amb verdures</b>  <b>Croquetes de verdura i llegum amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Minestra de verdura</b>  <b>Hamburguesa vegetal amb bolets i amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Brou vegetal amb fideus</b>  <b>Tofu al forn amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>
DILLUNS 29	DIMARTS 30			
<p><b>Mongetes seques guisades amb arròs</b>  <b>Hamburguesa vegetal al forn amb amanida</b>  <b>Fruita</b></p>	<p><b>Macarrons napolitana</b>  <b>Seità a la planxa amb xampinyons</b>  <b>Fruita</b></p>			

\*INCLOU EL PA DIARI



Són ecològics certificats totes les verdures, hortalisses, fruites de temporada, carn de poltre de ripollès, carn de vedella, el llegum, el iogurt, oli d'oliva, oli de gira-sol, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina i sucre. El pollastre es de corral. El peix fresc es de proximitat, el tipus de peix no es pot confirmar fins uns dies abans.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. Nº de col·legiat 7255.