

ESCOLA JOAN COROMINES

JUNY 2023

MENÚ OVOLACTEOVEGETARIÀ

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8	DIVENDRES 9
FESTA	MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES DE L'HORT TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE LLENTIES AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (S/PEIX) HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I PIPES DE GIRA-SOL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE NAP I CARBASSA AMB CROSTONS TOFU/ SEITÀ AMB SALSETA I PATATES IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
MINISTRA DE VERDURES CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA FIDEUÀ VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS (S/PEIX) TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM ROMÀ I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BOLETS FALAFELS DE CIGRÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA, BLAT DE MORO I OLIVES AMANIDA AMB OLI D'OLIVA TRUITA PAISANA AMB ENCIAM ROMÀ I PASTANAGA IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL	PURÉ DE CARBASSÓ I PASTANAGA PIZZA CASOLANA (SENSE CARN NI PEIX) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	
AMANIDA ARRÒS (S/CARN NI PEIX) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA TOFU/ SEITÀ AL XILINDRÓN FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE LLEGUMS NUGGETS DE BRÒCOLI O VARETES DE VERDURES AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I PIPES FRUITA DEL TEMPS	MENÚ DE FINAL DE CURS PASTA A LA NAPOLITANA OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ GELAT	

DIJOURS 1	DIVENDRES 2
CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA COUSCOUS AMB VERDURETES SELECCIONADES PER LA LOURDES IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL	AMANIDA CAMPERA DE PATATA (S/CARN NI PEIX) FALAFELS DE CIGRÓ AMB ENCIAM ROMÀ I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: albercoc, cirera, pruna, meló, préssec, nectarina, paraguaià, síndria,..

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir. Oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100% Peix fresc de les llotges catalanes.

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Els menús es cuinen a part per caràcter mèdic, cultural o religiós.



BONES VAÇANCES D'ESTIU!

