

ESCOLA BALANDRAU - DESEMBRE 2016 - NO CARN BALANDRAU

1a SETMANA

dilluns

dimarts

dimecres

dijous 1
Fesolets guisats amb verdures (patata, pastanaga i pèsol)
Truita d'espínacs
Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Fruita

divendres 2
Patata mongeta i bròquil al vapor
Filet de lluç enfarinat
Enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita

2a SETMANA

dilluns 5
Festa

dimarts 6
Festa

dimecres 7
Crema carbassó i porro eco
Truita de patata i ceba
Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Pa integral i iogurt natural

dijous 8
Festa

divendres 9
Arròs bullit eco amb salsa tomata n
Filet de lluç planxa
Enciam, pastanaga i olives verdes
Fruita ecològica

3a SETMANA

dilluns 12
Llentíes eco guisades amb carbass (patata, carbassa i pèsol)
Lluç a la romana
Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dimarts 13
Sopa de peix (fumet de peix natural, fideus eco)
Mongeta seca amb patata
Enciam, blat de moro i soja
Fruita ecològica

dimecres 14
Macarrons amb tomata
Truita de carbassó eco
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita

dijous 15
Arròs eco quatre gustos (pastanaga, pèsol, blat de moro, truita)
Llom de lluç al forn (amb tomata i ceba)
Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Crema xoco cooperativa

divendres 16
Purè de cigrons
Verdura variada + ou dur
Enciam, pastanaga i olives verdes
Fruita ecològica

4a SETMANA

dilluns 19
Arròs bullit eco amb salsa tomata n
Llom de lluç planxa
Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dimarts 20
Pastís de verdures (patata, mongeta, carbassó i pèsol)
Cigrons amb patata
Enciam, roure, tomata, espínacs i olives negres
Iogurt natural ecològic

dimecres 21
Patata pèsol i pastanaga eco
Bacallà al forn (amb samfaina eco)
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita eco

dijous 22
Sopa vegetal de fideus (brou verdures natural i fideus)
Tofu eco a la romana
Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Torró

divendres

5a SETMANA

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres



VILANOVA



ALIMENTANT IL·LUSIONS



Molt a prop teu!
a Girona

T. 972 22 83 83
C/ Illa Fuerteventura, 3
17007 GIRONA
info@cateringvilanova.com
www.cateringvilanova.com