

ESCOLA BALANDRAU - OCTUBRE 2017 - NO OU BALANDRAU

1a SETMANA

dilluns 2

Llenties eco amb verdures

Pit d'au planxa

Enciam, tomata, olives verdes

Fruita

dimarts 3

Arròs bullit eco amb salsa tomata

Llom de porc planxa

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

logurt cooperativa

dimecres 4

Fideuà s/ gluten ni ou

Lluç a la romana s/ou ni llet

Enciam, blat de moro i soja

Pa integral i fruita eco

dijous 5

Crema carbassa eco

Estofat de vedella
(patata i pastanaga)

Enciam, pastanaga i blat de moro

Fruita

divendres 6

Patata mongeta verda i pastanag

Bacallà al forn
(amb ceba i tomata)

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Pa integral i fruita eco

2a SETMANA

dilluns 9

Arròs eco amb verdures
(carbassó, bolets i pastanaga)

Hamburguesa mixta planxa
(carne de porc i vedella)

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Fruita

dimarts 10

Mongeta seca bullida amb patata

Llom de lluç al forn
(amb tomata i ceba)

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Fruita

dimecres 11

Patata mongeta i pèsol al vapor

Pit d'au arrebossat s/gluten ni ou

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Pa integral i fruita

dijous 12

Festa

divendres 13

Espaguetis italiana s/gluten ni ou
(salsa tomata natural)

Llom de lluç planxa

Enciam, tomata, olives verdes

Pa integral i fruita eco

3a SETMANA

dilluns 16

Macarrons bolonyesa s/gluten ni o

Filet abadejo al forn
(amb ceba)

Enciam, pastanaga i blat de moro

Fruita

dimarts 17

Patata mongeta i carbassó vapor

Botifarra de porc planxa
(amb xampinyons)

Enciam, blat de moro i soja

logurt natural

dimecres 18

Crema de pastanaga eco

Pollastre planxa
(amb patates fregides)

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Pa integral i fruita eco

dijous 19

Arròs bullit eco amb salsa tomata

Seitons enfarinats

Enciam, pastanaga i olives verdes

Fruita

divendres 20

Cigrons bullits eco amb patata

Llom de porc planxa

Enciam, tomata, olives verdes

Pa integral i fruita eco

4a SETMANA

dilluns 23

Patata mongeta i bròquil al vapor

Llom de porc planxa

Enciam, pastanaga i olives verdes

Fruita

dimarts 24

Fesolets guisats amb verdures
(patata, pastanaga i pèsol)

Pit d'au planxa

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Fruita

dimecres 25

Arròs eco quatre gustos s/ou
(pastanaga, blat de moro i pèsol)

Filet de lluç forn

Enciam, pastanaga i blat de moro

Pa integral i fruita

dijous 26

Sopa de pasta s/gluten ni ou

Pernilets pollastre al forn
(amb patata i ceba)

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

logurt ecològic

divendres 27

Crema carbassó i porro eco

Caella guisada amb patates

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Pa integral i fruita eco

5a SETMANA

dilluns 30

Arròs bullit eco amb salsa tomata

Pit d'au arrebossat s/gluten ni ou

Enciam, blat de moro i soja

Fruita

dimarts 31

Llenties eco guisades amb carbassó
(patata, carbassa i pèsol)

Llom de lluç planxa

Enciam, tomata, olives verdes

Flam cooperativa

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