

MENU SETEMBRE

		PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRES	SOPAR ALTERNATIU
DV	10	Arròs tres delícies  	Salmó al forn amb amanida d'enciam , pastanaga, cogombre 	Iogurt 	Pizza casolana i amanida  
DL	13	Aguiat de pollastre amb pilotes i patates	Amanida amb tomàtiga, alvocat, blat de moro i tonyina 	Iogurt	Bruixetes a la planxa amb bullit de patata, mongeta i pastanaga 
DM	14	Sopa d'espelta amb brou de peix  	Peix arrebossat amb amanida d'enciam, patata, alvocat, pastanaga  	Fruita	Costelles de mè amb amanida verda i pa amb oli 
DX	15	Crema de carabassó i bròquil	Pizza d'espelta casolana  	Fruita	Saltejat d'espinaacs amb panses, pinyons i ou 
DJ	16	Cuinat de mongetes amb carabassa, col, pastanaga, patata i colflori	Truita de formatge  	Fruita	Crema de verdura Rap al papillot amb patata 
DV	17	Amanida d'enciam, formatge tendre, cogombre, pastanaga i alvocat 	Paella mixta 	Macedònia de fruites	Crepes de civada amb amanida
DL	20	Crema de carabassa, porro i farina d'ametlles 	Truita de patata i amanida 	Iogurt 	Hamburguesa vegetal amb amanida d'arròs
DM	21	Amanida amb tonyina enciam i tomàtiga 	Aguiat de sèpia amb verdura i patata 	Fruita	Pollastre amb patates al forn i xampinyons
DX	22	Pasta bolonyesa  ó lasanya de carn	Amanida d'enciam, blat de moro, cogombre i formatge tendre 	Fruita	Arròs caldós de peix amb rap i verdures a dintre 
DJ	23	Cuinat de mongetes blanques	Llom al forn amb patata i amanida verda amb cogombre, alvocat i tomàtiga	Fruita	Truita d'espàrrecs i pa amb oli  
DV	24	Amanida completa amb pastanaga, olives, cogombre, formatge 	Fideuà mixta 	Fruita	Pizza casolana d'espelta i amanida 
DL	27	Fideus de brou de pollastre 	Bullit	Iogurt amb maduixes 	Crema de carabassa amb ou "poché" i pa d'espelta 
DM	28	Arròs sec amb brou de verdures, calamar, gambes i verdura 	Raols de bacallà amb amanida   	Fruita	Broquetes de pollastre i verdures amb patata al forn
DX	29	Cuinat de lleties amb verdura	Hamburguesa de pollastre i pastanaga amb patates al forn		Amanida amb remenat d'ous 
DJ	30	Crema de carabassa, colflori i porro	Truita de patata amb amanida d'enciam 		Wok de verdura, calamar i cus cus 



Fruita de l'estació :

síndria, moló, pera,
prunes, poma, plàtan

Verdura : tomàtiga,
alberginia,
carabassó, carabassa,
porro, ceba, pebre.....