

NOVEMBRE 2018

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			1	2
			<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
<b>5</b> Mongeta verda i patata  Rosada arrebossada amb tomàquet amanit  Fruita i pa	<b>6</b> Macarrons a la napolitana (tomàquet, ceba) amb formatge rallat Llom de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita i pa	<b>7</b> Sopa de peix (brou peix natural, pasta, tomàquet, ceba)  Estofat de pollastre amb verduretes (mongeta tendra, patata i pastanaga) logurt i pa	<b>8</b> Llenties estofades (pebrot, tomàquet, ceba i herbes provençals) Truita de patata i ceba amb enciam, llombarda i pastanaga  Fruita i pa integral	<b>9</b> Arròs amb salsa de tomàquet  Lluç al forn amb salsa verda (ceba, mongetes verdes, farina, julivert i brou peix natural) Fruita i pa
<b>12</b> Crema de verdures (espinacs, patata, ceba i llet)  Dauets de pollastre adobats al forn amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	<b>13</b> Fideuà (brou peix natural, tomàquet, ceba)  Croquetes de carn d'olla amb tomàquet amanit  Fruita i pa	<b>14</b> Cigrans estofats (patata, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals)  Truita de formatge amb enciam i olives  logurt i pa	<b>15</b> Arròs amb verdures (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga, mongetes verdes)  Salmó al forn amb all i julivert amb escarola  Fruita i pa integral	<b>16</b> Sopa de brou amb pilotetes (brou pollastre, pollastre, pasta, pilotes, porro, pastanaga, ceba i api) Pernilets de pollastre al forn amb saltejat de pastanaga i ceba  Fruita i pa
<b>19</b> Espaguetis amb salsa de tomàquet  Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita i pa	<b>20</b> Minestra de verdures (mongeta verda, pèsols, pastanaga, patata)  Bacallà fregit amb escarola  Fruita i pa	<b>21</b> Sopa d'au amb cabell d'àngel i cigrons (brou pollastre, pollastre, pasta, cigrons, porro, pastanaga, ceba i api) Filet de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons (xampinyons, ceba, llet i farina) logurt i pa	<b>22</b> Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, pernil dolç i ou)  Lluç al forn a la marinera (tomàquet, ceba)  Fruita i pa integral	<b>23</b> Mongetes blanques estofades (patata, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals)  Truita de carbassó amb enciam i olives  Fruita i pa
<b>26</b> Trinxat de col i patata amb magre de porc  Estofat de gall dindi amb verduretes (mongeta tendra i pastanaga) Fruita i pa	<b>27</b> Espirals amb salsa de tomàquet i xampinyons  Salsitxes de porc al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa	<b>28</b> Llenties estofades amb arròs (arròs, pebrot, tomàquet, ceba i herbes provençals) Contra cuixa de pollastre a l'allet amb tomàquet amanit logurt i pa	<b>29</b> Sopa de verdures (brou pollastre, pastanaga, porro, daus pastanaga, ceba i api)  Truita de patata amb enciam i olives  Fruita i pa integral	<b>30</b> Arròs amb salsa de tomàquet i orenga  Tonyina arrebossada amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa

**DADES DE CONTACTE**

Sílvia Reinaldos (Coordinadora)

Telèfon: 608.852.163

Mail: [menjadorernestlluch@gmail.com](mailto:menjadorernestlluch@gmail.com)

Horari d'atenció: De 9 a 9:30 hores (menjador de l'escola)

Els menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. Els làctics són produïts per la Fageda, empresa que treballa per a la reinserció sociolaboral. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (consell català de la producció agrària ecològica).

Tots els nostres menús estan supervisats per una dietista-nutricionista col·legiada i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per una alimentació saludable a l'etapa escolar.

Menú supervisat per  
Margarita Pons, dietista-  
nutricionista col·legiada  
(Núm. CAT 001031)



Membre de:



ROCA GONZÁLEZ S.L.  
Carrer Cobalt 185, 08907 Hospitalet de Llobregat

Tel. 93.656.59.69 · Fax 93.656.21.31

[www.rocaonzalez.com](http://www.rocaonzalez.com) · [comercial@rocaonzalez.com](mailto:comercial@rocaonzalez.com)  
[dietista@rocaonzalez.com](mailto:dietista@rocaonzalez.com)

