

Escola Itaca

Novembre

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
4 Arròs amb verdures (carbassa, ceba i brocoli) Trita de formatge Amb amanida Fruita i pa integral	5 Trinxat de col i patata Mandonguilles de vedella Amb tomàquet Fruita i pa integral	6 Macarrons amb xampinyons Daus de gall d'indi amb samfaina logurt ECO i pa integral	7 Llenties amb verdures Maires fregides amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	8 Sopa de fideus Pollastre al forn Amb amanida de tomàquet, cogombre i olives Fruita i pa integral
11 Espirals saltats amb carbassó, ceba i pastanaga Salmó al forn Amb enciam, pastanaga i remolatxa Fruita i pa integral	12 Crema de pastanaga i ceba Llom a la portuguesa Fruita i pa integral	13 Cigrons estofats Nuggets de brocoli i formatge Amb enciam de cogombre i olives logurt ECO i pa integral	14 Mongeta verda amb patata Trita de tonyina Amb tomàquet i formatge fresc Fruita i pa integral	15 Arròs integral saltat amb bolets Gall d'indi estofat a la jardineria Fruita i pa integral
18 Crema de carbassó i porro Trita de patata i ceba amb canonges i pastanaga Fruita i pa integral	19 Fideuada de verdures Lluç amb amanida de tomàquet Fruita i pa integral	20 Coliflor gratinada Llenties estofades logurt ECO i pa integral	21 Arròs amb tomàquet Pollastre arrebossat amb canonges i tomàquet Fruita i pa integral	22 Pèsols amb pastanaga i patata Salsitxes de porc planxa amb moniato al forn Fruita i pa integral
25 Arròs tres delícies Bacallà a la biscaïna enciam i blat de moro Fruita i pa integral	26 Brocoli amb patata Fricandó de vedella Fruita i pa integral	27 Mongetes blanques saltades amb all i julivert Trita de carbassó amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	28 Crema de carbassa Amb rostes de pernil Pastís d'albergínia (amb sofregit de tomàquet i soja texturitzada) Fruita i pa integral	29 MENÚ ESCOLLIT PELS ALUMNES DE 6È Pasta al pesto Calamars a la romana