

Escola Itaca

Maig

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

			1	2
			FESTIU	FESTIU DE LLIURE DISPOSICIÓ
5 Espaguetis a la carbonara Gall dindi al forn amb enciam i cogombre Fruita i pa integral	6 Cigrons saltats amb espinacs Truita de pernil i formatge amb tomàquet amanit i olives Fruita i pa integral	7 Mongetes verdes i patata Pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	8 Crema carbassa amb rostes de pernil Amanida de mongeta blanca (amb tonyina i olives) Fruita i pa integral	9 Arròs amb calamars i gambetes Seitons arrebossats amb tomàquet cirerol i blat de moro Fruita i pa integral
12 Macarrons napolitana Amb formatge ratllat (opcional) Cuixa de pollastre al forn amb cogombre i olives Fruita i pa integral	13 Crema de verdures (porro, pastanaga, i brocoli) amb crostons Amanida de cigrons (tomàquet, olives i ou dur) Fruita i pa integral	14 Paella de verdures (mongeta verda, sofregit de tomàquet i ceba pebrot verd i vermell) Bacallà al forn amb canonges i blat de moro logurt ECO i pa integral	15 Pèsols i patata Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i formatge Fruita i pa integral	16 Llenties estofades Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
19 Arròs tres delícies Truita de formatge amb pastanaga ratllada, olives i blat de moro Fruita i pa integral	20 Crema de pastanaga amb crostons Gall d'indi estofat amb verdures Fruita i pa integral	21 Mongetes blanques estofades Salmó al forn amb canonges i tomàquet logurt ECO i pa integral	22 Amanida de pasta (daus de gall dindi, enciam, blat de moro i tomàquet cicero) Croquetes de bolets amb pastanaga al forn Fruita i pa integral	23 Brocoli i patata Pernilets de pollastre Amb amanida d'enciams, pipes de girasol i cogombre Fruita i pa integral
26 Arròs de pagès Salsitxes de pollastre Amb amanida de tomàquet Fruita i pa integral	27 Amanida de llenties (tomàquet, tonyina, olives i pastanaga) Ous amb beixamel Fruita i pa integral	28 Fideus amb verdures Mandonguilles de soja amb samfaina logurt ECO i pa integral	29 Tricolor de verdures Lluç al forn amb amanida de canones, pastanaga i olives Fruita i pa integral	30 MENÚ ESCOLLIT PER 6€