Escola Itaca

ROCA GASTRONOMIA COL·LECTIVA GONZALEZ

Novembre

Basal

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 CREMA DE CARBASSA MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB TOMÀQUET FRUITA I PA INTEGRAL	3 TRINXAT DE COL I PATATA TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA I PA INTEGRAL	4 LLENTIES AMB VERDURES BACALLÀ FREGIT AMB ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT ECO I PA INTEGRAL	5 MACARRONS INTEGRALS NAPOLITANA POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA I PA INTEGRAL	6 SOPA DE D'ARRÒS I PEIX CIGRONS SALTEJATS FRUITA I PA INTEGRAL
9 ESPIRALS SALTATS AMB CARBASSÓ, CEBA I PASTANAGA LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA FRUITA I PA INTEGRAL	10 CREMA DE PASTANAGA I CEBA ESTOFAT DE PORC A LA PORTUGUESA (AMB XAMPINYONS I TOMÀQUET) FRUITA I PA INTEGRAL	11 PÈSOLS SALTEJATS AMB PASTANAGA TRUITA DE TONYINA AMB TOMÀQUET I FORMATGE FRESC IOGURT ECO I PA INTEGRAL	12 MONGETA VERDA AMB PATATA NUGGETS DE BRÒQUIL AMB ENCIAM FRUITA I PA INTEGRAL	13 ARRÒS INTEGRAL SALTAT AMB BOLETS GALL D'INDI ESTOFAT A LA JARDINERA FRUITA I PA INTEGRAL
16 CREMA DE CARBASSÓ I PORRO TRUITA DE PATATA I CEBA AMB CANONGES I PASTANAGA FRUITA I PA INTEGRAL	17 ESPAGUETIS INTEGRALS AMB VERDURES VERAT FREGIT AMB AMANIDA DE D'ENCIAMS I PIPES DE GIRASOL FRUITA I PA INTEGRAL	18 ARRÒS AMB TOMÀQUET POLLASTRE AL FORN AMB CANONGES I TOMÀQUET IOGURT ECO I PA INTEGRAL	19 BRÒQUIL GRATINAT LLENTIES ESTOFADES FRUITA I PA INTEGRAL	20 CIGRONS ESTOFATS SALSITXES DE PORC PLANXA AMB MONIATO AL FORN FRUITA I PA INTEGRAL
21 ARRÒS INTEGRAL TRES DELÍCIES SALMÓ A LA TARONJA FRUITA I PA INTEGRAL	22 MONGETA FINA AMB PATATA FRICANDÓ DE VEDELLA FRUITA I PA INTEGRAL	23 MONGETES BLANQUES SALTADES AMB ALL I JULIVERT TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA I PA INTEGRAL	24 CREMA DE CARBASSA MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL (TOMÀQUET I SOJA TEXTURITZADA) FRUITA I PA INTEGRAL	25 MENÚ ESCOLLIT PELS ALUMNES DE 6È SOPA DE GALETS DAUETS DE POLLASTRE AL CURRY* AMB ENCIAM I OLIVES NATILLES I PA INTEGRAL
30 MACARRONS AMB PESTO D'ESPINACS POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM FRUITA I PA INTEGRAL				

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PROXIMITAT. Els nostres menús estan supervisats per dietistes nutricionistes col·legiats (Núm. CAT001186 i Núm. CAT002326) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable des de la primera infància. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificada pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làcties són productes de granja elaborats amb sistemes de producció ecològica.

RSIPAC: 26.06772/CAT - RGSEAA: 26.12608/B - Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.