


# ESCOLA LES ACÀCIES

## SETEMBRE 2022

# MENÚ **SENSE OU**

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
ESPAGUETIS <b>SENSE OU</b> A LA NAPOLITANA  <b>TRUITA A LA FRANCESA AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA  POLLASTRE ROSTIT AMB XAMPINYONS  FRUITA DEL TEMPS	MONGETA TENDRA AMB PATATA  ESTOFAT DE CARN MAGRA AMB SALSETA I CARBASSÓ  IOGURT	CREMA DE LLEGUMS ECOLÒGIQUES  <b>GALL DINDI ARREBOSSAT SENSE OU</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA  FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ  LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES VERDES  FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
PURÉ DE CARBASSÓ <b>AMB CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS</b>  PAELLA D'ARRÒS AMB PEIX  FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR AMB PATATA MANDONGUILLES MIXTES A LA JARDINERA AMB PASTANAGA I PÈSOLS <b>DIA MUNDIAL DE LA XOCOLATA*</b> GELAT DE XOCOLATA <b>SENSE TRACES O IOGURT</b>	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES ECOLÒGIQUES  <b>TRUITA FRANCESA AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I ENCIAM I OLIVES NEGRES  FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA ALEMANYA ( <b>SENSE MAIONESA</b> )  CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET  FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS <b>SENSE OU</b> AMB SOFREGIT DE VERDURES DE TEMPORADA  FOGONER AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
ARRÒS ECOLÒGIC A LA CASSOLA  <b>TRUITA DE PERNIL CUIT AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I ENCIAM I POMA  FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OLIVES  PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA  FRUITA DEL TEMPS	<b>PASTA SENSE OU</b> AMB SALSA DE BOLETS ( <b>SENSE FORMATGE</b> )  PEIX FRESC SEGONS MERCAT AMB ALL I JULIVERT AL FORN ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  IOGURT	EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES  HAMBURGUESA MIXTA AMB PATATES FREGIDES  FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES ECOLÒGIQUES I PÈSOLS  PIZZA CASOLANA <b>AMB FORMATGE SENSE OU O SENSE FORMATGE</b> I AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
<b>FESTA</b>	LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB HORTALISSES  <b>TRUITA DE CARBASSÓ AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (TONYINA, BLAT DE MORO I OLIVES)  POLLASTRE AMB SALSA BARBACOA I ENCIAM I PASTANAGA  IOGURT	<b>DIA INTERNACIONAL DE LA CONCIENCIACIÓ SOBRE EL DESPERDICI ALIMENTARI</b> ESPIRALS <b>SENSE OU</b> AMB PERNIL I BLAT DE MORO CUES DE RAP AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA   MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	BLEDA AMB PATATA  SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: pera, poma, meló, síndria, préssec,...

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir.

Oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.



*Un cop al mes, postre casolà*

# BON INICI DE CURS!



**\*13 de setembre: Dia mundial de la xocolata, festivitat que va néixer a França en 1995 com homenatge al escriptor Roald Dahl, autor del llibre "Charlie i la fàbrica de xocolata".**



@comacasa.menjadorescolars



www.comacasamenjadors.cat