

# ESCOLA LES ACÀCIES

## MARÇ 2023

### MENÚ SENSE CARN

DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS  FIDEUÀ MARINERA  FRUITA DEL TEMPS	SOPA <b>VEGETAL</b>  TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM  FRUITA DEL TEMPS	MINISTRA DE VERDURES CASOLANA I PÈSOLS  <b>PEIX A LA PLANXA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA  FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ  <b>OUS REMENATS</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  IOGURT	LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  LLUÇ AL FORN AMB PATATES  FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ARRÒS AMB VERDURES DE TEMPORADA  DELÍCIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS <b>ESTOFATS AMB VERDURETES DE L'HORT</b>  TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  FRUITA DEL TEMPS	<b>GASTRONOMIA DE JAPÓ</b> FIDEUS "YAKISOBA" (SENSE CARN)  <b>PEIX "YAKITORI"</b>  TORRADES DE MEL DE SHIBUYA	PURÉ DE CARBASSÓ  <b>CANELONS D'ESPINACS GRATINATS</b>  FRUITA DEL TEMPS	<b>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</b>
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
<b>DIA MUNDIAL DE LA FELICITAT</b> ESPAGUETIS <b>AMB TOMÀQUET I FORMATGE</b>  TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL  FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES ESTOFADES AMB VERDURES  <b>HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL</b> AMB ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL  FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS TRES DELÍCIES (SENSE CARN)  SUQUET DE <b>PEIX FRESC SEGONS MERCAT</b>  FRUITA DEL TEMPS	MONGETA TENDRA AMB PATATA  <b>PEIX O OUS</b> AMB SALSETA I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  IOGURT	SOPA <b>VEGETAL</b> AMB PASTA  MANDONGUILLES DE LLUÇ I CALAMAR AMB SUAU SALSETA I AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMERES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES  OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA  FRUITA DEL TEMPS	LLESQUES DE PATATA AMB VERDURETES GRATINADES (SENSE CARN)  <b>PEIX A LA PLANXA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS AL PESTO  TONYINA EN SALS  FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS SALTAT AL CURRI  <b>TRUITA FRANCESA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS  PIZZA CASOLANA (SENSE CARN)  <b>POSTRE ESPECIAL (S/CARN)</b>

Les fruites del temps són: maduixes, poma, pera, plàtan, taronja,...

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.

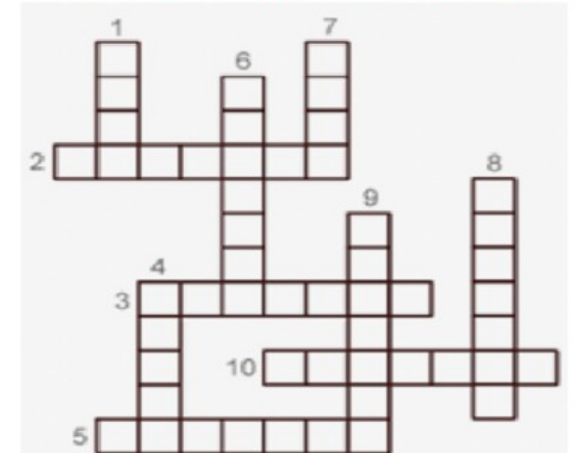
Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Peix provinent de les llotges catalanes, varietats segons mercat: sorell, bròtola, sardina, seitó, canana, verat...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

## MOTS ENCREUATS



8 Dia Internacional de la Dona



20 Dia Internacional de la Felicitat



**Un cop al mes, postre casolà**



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat