

# ESCOLA LES ACÀCIES

# MENÚ SENSE OU

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

## Setembre 2023

11

FESTIU

12

PURÉ DE CARBASSÓ **AMB CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS**

PAELLA **MARINERA ESPECIAL**

FRUITA DEL TEMPS

13

MONGETA VERDA AMB PATATA

**PEIX** A LA JARDINERA AMB PASTANAGA I PÈSOLS

FRUITA DEL TEMPS

14

EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS (S/OU)

**"TRUITA VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ"** I ENCIAM I OLIVES

FRUITA DEL TEMPS

15

**MACARRONS SENSE OU** AMB SOFREGIT DE VERDURES ECOLÒGIQUES  
PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DEL TEMPS

18

ARRÒS ECOLÒGIC A LA CASSOLA AMB HORTALISSES

**"TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ I VERDURES"** AMB ENCIAM I POMA

FRUITA DEL TEMPS

19

AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OLIVES

PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS

FRUITA DEL TEMPS

20

**PASTA SENSE OU** A LA CARBONARA

LLUÇ AMB ALL I JULIVERT AL FORN I ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA

IOGURT

21

MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA

**HAMBURGUESA MIXTA (SENSE OU)** AMB AMANIDA

FRUITA DEL TEMPS

22

CREMA DE VERDURES I PÈSOLS

PIZZA **CASOLANA (SENSE FORMATGE)** AMB AMANIDA

FRUITA DEL TEMPS

25

FESTIU

26

CREMA DE LLEGUMS

**FIDEUÀ SENSE OU MARINERA**

FRUITA DEL TEMPS

27

LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB HORTALISSES

**"TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I CARBASSÓ"** AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET

IOGURT

28

COLIFLOR AMB PATATA

SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB SALSINA DE TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

29

AMANIDA RUSSA **(SENSE OU NI MAIONESA)**

PEIX FRESC SEGONS MERCAT AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA

MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL CASOLANA

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%.

Peix fresc de les llotges de Palamós: maira, seitó, canana, gallineta, rosada, sardina, fogoner, gall de sant pere, abadeig,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

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

*Bon inici de curs!*

