

Menú Base Escola Rosa Sensat - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Bunyols de bacallà Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Coliflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Amanida completa amb pastanaga, remolatxa i pera Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Peix fresc de Mercat Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Amanida de pasta amb trossets de pernil (amb olives verdes, tomàquet, blat de moro i pastanaga ratllada i pernil) Salmó al forn Carbassó arrebossat logurt natural ECO s/sucre	Espinacs amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada
21	22	23	24	25
(F) Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Truita a la francesa Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Crema de mongeta blanca, porros i pera Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Paella de verdures Daus de porc amb salsa de pinya Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Croquetes de cigrò casolanes Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	Amanida russa amb ou dur, verat i olives Rap amb salsa verda Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada
28	29	30		
Pèsols amb patates bullides Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma Fruita de temporada	<u>J. GASTRO. ITÀLIA</u> Amanida de pasta amb pesto (macarrons, tomàquet, formatge fresc, olives negres i salsa pesto) Pizza casolana de pernil i formatge Gelats de maduixa		

LA QUALITAT DELS NOSTRES MENÚS, PLAT A PLAT



Fruita de temporada
logurt 100% ecològic i sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, maire,
entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó,
Palometa Seitò, entre d'altres.



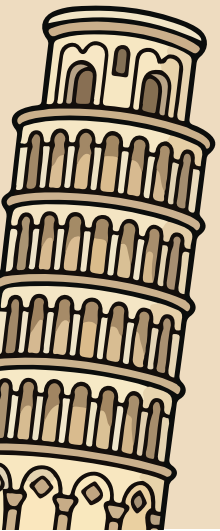
Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

ITÀLIA



Sabies que...

La pizza va ser inventada en 1889 per a agradar a la Reina Margarita? D'aquí ve el nom de la pizza més senzilla i famosa. Només té 3 ingredients: tomàquet, mozzarella i alfàbrega. Cadascun d'un color de la bandera italiana.



Sabies que...

Una de les tradicions més típiques de Roma és llançar una moneda a la Fontana de Trevi



**ITÀLIA ÉS EL PAÍS
AMB FORMA DE BOTA**



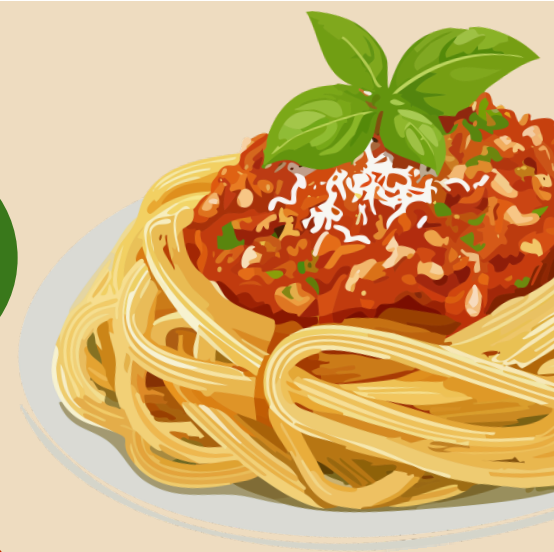
**FAMOSA PER LES
GÓNDOLES DE
VENÈCIA**



**ALIMENTACIÓ BASADA
EN LA PASTA, PIZZA I
ELS GELATS**

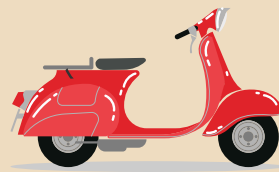


**CIUTATS PLENES
D'HISTÒRIA**



Sabies que...

Itàlia és coneguda en el món per la qualitat de les seves actuacions esportives i de luxe: marques com Ferrari, Lamborghini o Maserati



PROPOSTA DE SOPARS

SI DINES

POTS SOPAR

I DE POSTRES...
OPTEM PER FRUITA
FRESCA O LACTIS
SENSE SUCRE.

PRIMERS PLATS

Verdures (sense patata) o amanida completa	Arròs, cereals, llegums o patata
Arròs	Llegums, cereals, patata, verdures (sense patata) o amanida completa
Llegums	Arròs, cereals, patata, verdures (sense patata) o amanida completa
Patata	Arròs, cereals, llegums, verdures (sense patata) o amanida completa
Cereals (pasta, cuscús, quinoa, mill, blat sarraí...)	Arròs, llegums, patata, verdures (sense patata) o amanida completa

SEGONS PLATS

Carn blanca (pollastre o gall dindi)	Peix, marisc, ou, llegums o altres proteïnes d'origen vegetal
Carn vermella (porc o vedella)	Peix, marisc, ou, llegums o altres proteïnes d'origen vegetal
Peix o marisc	Carn, ou, llegums o altres proteïnes d'origen vegetal
Ou	Carn, peix, marisc, llegums o altres proteïnes d'origen vegetal
Llegums o altres proteïnes d'origen vegetal	Carn, peix, marisc o ou

GUARNICIONS

Cruets (amanida)	Cuïtes (Ex.: verdures o hortalisses al forn o en salsa)
Cuïtes (Ex.: verdures o hortalisses al forn o en salsa)	Cruets (amanida)

Coordinació del servei:

Patrícia: 658 337 794

Atenció de 9 a 9:30 h

coord.rosasensat.elmasnou@fundesplai.org
**(per tiquet esporàdic o avís de no assistència
contacteu abans de les 9:30h)**

Administració Dinàmica

(inscripcions, cobraments, etc.)

93 357 35 19 / 651 181 244

coord.rosasensat.elmasnou@fundesplai.org

