

Gener 2021

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

8



11

Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat
Croquetes de pernil
Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro
logurt natural

i per sopar...

Amanida al gust
Truita de patates i ceba
Taronja amb xocolata negra

12

Coliflor amb patata
Cruixents de pollastre arrebossat
Rodanxetes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...

Purè de patates amb formatge
Xampinyons saltats amb all i julivert
Fruita de temporada

13

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb raves i pastanaga
logurt natural

i per sopar...

Purè de bròquil i pastanaga
Hamburguesa vegetal
Fruita de temporada

14

Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn
Truita a la francesa i amanida
Fruita de temporada

i per sopar...

Sopa de pistons
Ous durs amb samfaina
Fruita de temporada

15

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)
Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)
Fruita de temporada

i per sopar...

Orada al forn amb llit de patates, ceba, pastanaga i tomàquet
logurt natural amb nous

18

Macarrons integrals a la napolitana amb formatge ratllat
Cuixa de pollastre a la planxa
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...

Pastís de patata, verdures i peix
Fruita de temporada

19

Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn
Llibrets de llom amb pernil dolç i formatge
Fruita de temporada

i per sopar...

Espirals amb pesto
Amanida de pastanaga ratllada, cogombre i formatge
logurt natural amb ametlles

20

Arròs xinès
Peix fresc de Mercat
Rodanxetes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...

Porrusalda
Truita de formatge
Fruita de temporada

21

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates i fonoll
Enciams variats amanits amb col llombarda i api
Fruita de temporada

i per sopar...

Crema de carbassó
Sardines al forn
Fruita de temporada

22

Mongeta tendra amb patata
Vedella estofada amb verdures
Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro
logurt natural

i per sopar...

Sopa de galets
Gall dindi amb samfaina
Fruita de temporada

25

Bledes amb patata
Calamars a la romana
Fruita de temporada

i per sopar...

Hummus amb bastonets de pa integral
Amanida amb fruits secs
logurt natural

26

Fideuà (sípia i gambes) amb allioli opcional
Truita de formatge
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...

Arròs amb verduretes
Seitó arrebossat
Fruita de temporada

27

Mongetes seques estofades amb pastanagues
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...

Sopa de pasta integral
Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet
Fruita de temporada

28

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Pollastre al forn amb ceba
Patates xips
Fruita de temporada

i per sopar...

Pastís d'ou amb verdures
Fruita de temporada

29

Llenties estofades amb patates
Lasanya bolonyesa vegetal
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Postres d'aniversari

i per sopar...

Cuscús amb coliflor i daus de vedella
Fruita de temporada

Febrer 2021

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>1</p> <p>Sopa de lluç i crancs amb arròs Truïta de patata i ceba Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural</p> <p>i per sopar... Quinoa amb verduretes i fruits secs Fruïta de temporada</p>	<p>2</p> <p>Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn Estofat de pollastre amb guarnició d'arròs integral Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Amanida verda amb formatge fresc, fruita seca i olivada Lluç amb salsa verda Fruïta de temporada</p>	<p>3</p> <p>Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Rodanxetes de tomàquet i olives negres amanides amb oli d'oliva i orenga Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Brots variats amb orellanes i panses Pinxo de daus de porc i pinya Fruïta de temporada</p>	<p>4</p> <p>Mongeta tendra amb pastanaga i patates Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Salmó a la papillota amb pastanaga, carbassó i moniato Fruïta de temporada</p>	<p>5</p> <p>Cigrons bullits amb oli d'oliva Croquetes de pollastre Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Pa integral amb tomàquet Fruïta de carbassó Fruïta de temporada</p>
<p>8</p> <p>Col amb patata Gall dindi guisat a la jardinera Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Sopa de meravella Llenguado a la planxa amb pebrot escalivat Fruïta de temporada</p>	<p>9</p> <p>Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Ous durs amb salsa de tomàquet i cansalada Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Trinxat de la Cerdanya Formatge fresc Fruïta de temporada</p>	<p>10</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i pastanaga logurt natural</p> <p>i per sopar... Hummus amb dips vegetals Xampinyons saltats amb gambetes Mel i mató</p>	<p>11</p> <p>DINAR SOMIATRUITES</p> <p>i per sopar... Sèpia a la planxa amb amanida variada i blat de moro Fruïta de temporada</p>	<p>12</p> <p>FESTA</p> <p>i per sopar... Mongeta verda saltada amb allet Remenat d'ou i porro Fruïta de temporada</p>
<p>15</p> <p>FESTA</p> <p>i per sopar... Sopa amb cigronets i meravella Amanida amb fruita seca i formatge Fruïta de temporada</p>	<p>16</p> <p>Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn Espaguetis a la bolonyesa vegetal Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Espinacs amb patates Hamburguesa de pollastre 100% Fruïta de temporada</p>	<p>17</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i api Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Purè de patates, carn picada, ceba, carbassó i salsa de tomàquet Fruïta de temporada</p>	<p>18</p> <p>Caldo d'hortalisses amb estrelletes Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques amb patates rosses Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Llobarro al forn amb moniato, ceba, tomàquet i pastanaga Fruïta de temporada</p>	<p>19</p> <p>Mongetes seques bullides amb oli d'oliva Fregidets d'abadejo Rodanxetes de tomàquet i olives negres amanides amb oli d'oliva i orenga Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Amanida de tomàquet Fruïta de patates Fruïta de temporada</p>
<p>22</p> <p>Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Postres d'aniversari</p> <p>i per sopar... Arròs amb verduretes i mongeta blanca Tomàquets xerri amanits amb ruc Fruïta de temporada</p>	<p>23</p> <p>Espinacs amb patata Mandonguilles a la jardinera Rodanxetes de tomàquet i olives negres amanides amb oli d'oliva i orenga Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Bastonets de cogombre amb salsa de iogurt Orada al forn amb carbassó i patata al caliu Fruïta de temporada</p>	<p>24</p> <p>Arròs xinès Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Verdures al vapor Truïta a la francesa Fruïta de temporada</p>	<p>25</p> <p>Patates gratinades Gall d'indi estofat Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Mini pizzas d'albergínia i mozzarella Broquetes de rap, gamba, carbassó i tomàquet logurt amb anacards</p>	<p>26</p> <p>Saltat de pèsols, patata, ceba i permil salat Truïta a la francesa Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Fruïta de temporada</p> <p>i per sopar... Quinoa amb verduretes i fruita seca Formatge Fruïta de temporada</p>

Març 2021

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns

1

Lenties estofades amb arròs
Trita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Bròquil i pastanaga al vapor
Croquetes casolanes
Fruita de temporada

Dimarts

2

Arròs amb verdures
Filet de gall d'indi arrebossat
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema d'albergínia
Falafels al forn
Fruita de temporada

Dimecres

3

Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda
Fruita de temporada

i per sopar...
Pastís de patata, verdures i carn gratinat
Fruita de temporada

Dijous

4

Caldo vegetal amb galets
Estofat de porc amb verdures
Puré de patates
Fruita de temporada

i per sopar...
Guisat de cigrons amb carbassó, ceba, pastanaga i ou dur
Fruita de temporada

Divendres

5

Mongeta tendra amb patata
Croquetes de pernil
Rodanxes de tomàquet i olives negres amanides amb oli d'oliva i orenga
logurt natural

i per sopar...
Amanida al gust
Pizzetes casolanes amb xampinyons, orenga, mozzarella i pernil salat
Plàtan amb xocolata negra

8

Fideuà (sípia i gambes) amb salsa allioli opcional
Calamars a la romana i amanida
Fruita de temporada

i per sopar...
Lenties bullides amb oli d'oliva
Crema de carbassa
Fruita de temporada

9

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Crep de pernil i mozzarella
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
logurt natural

i per sopar...
Cintes de carbassó amb tomàquets secs saltats
Mini hamburgueses de vedella 100%
Fruita de temporada

10

Espaguetis a la carbonara
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de lletres
Trita de ceba
Fruita de temporada

11

Bròquil i pastanagues amb patata
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques
Fruita de temporada

i per sopar...
Remenat de xampinyons, daus de patata i ceba
Calamars a la romana
Fruita de temporada

12

Cigrons amb arròs integral i verdures
Trita de patates
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Bledes amb patata
Seitò arrebossat
Fruita de temporada

15

Mongeta tendra amb patata
Cuixa de pollastre arrebossat amb salsa casolana de sofregit de tomàquet
Fruita de temporada

i per sopar...
Cuscús amb hortalisses i fruits secs
Fruita de temporada

16

Caldo amb estrelletes
Canelons gratinats amb beixamel
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

i per sopar...
Mongeta tendra, pastanaga i patata
Remenat d'ou amb alls tendres
Fruita de temporada

17

Lenties estofades amb arròs
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Gall dindi amb samfaina i patata al caliu
Fruita de temporada

18

Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn
Croquetes de cigrons casolanes
Enciams variats amanits amb raves i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Moniato al forn
Bacallà amb salsa de tomàquet
Fruita de temporada

19

Arròs a la cassola
Trita a la francesa
Rodanxetes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Saltat de vegetals amb dauets de porc i pinya amb salsa al gust
Fruita de temporada

22

Coliflor amb patata
Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons
Fruita de temporada

i per sopar...
Brou casolà
Hummus de lenties amb dip vegetals i bastonets de pa
Fruita de temporada

23

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)
Pernillets de pollastre rostits
Patates rosses
Fruita de temporada

i per sopar...
Bròquil amb patata
Sèpia a la planxa
Fruita de temporada

24

Espaguetis amb salsa de formatges
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda
Ous ferrats sucats amb pa integral
Fruita de temporada

25

Pèsols guisats amb patates
Trita de xampinyons
Enciams variats amanits amb col llombarda i api
Fruita de temporada

i per sopar...
Arròs caldós amb verdures
Broquetes de rap i pebrot
Fruita de temporada

26

Arròs amb salsa de tomàquet
Filet de gall dindi arrebossat
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres
Postres d'aniversari

i per sopar...
Verdures saltades al wok amb daus de salmó i panses
Fruita de temporada