

INSTITUT ESCOLA LA TORDERA
MENÚ A
OCTUBRE, NOVEMBRE I DESEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Macarrons al pesto</p> <p>==</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam tomàquet i cogombre</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>==</p> <p>Rostit de pollastre al curri amb poma</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cigrons estofats</p> <p>==</p> <p>Nuggets vegetals al forn (verduretes i quinoa) amb enciam, blat de moro i olives</p> <p>==</p> <p>logurt (nous i panses)</p>	<p>Amanida de tardor (enciam, atmelles i magrana)</p> <p>==</p> <p>Paella mixta de verdures, sípia i calamars</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Pèsols saltejats</p> <p>==</p> <p>Llom de bacallà al forn amb llit de patates</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Coliflor i patata</p> <p>==</p> <p>Calamars a l'andalusa amb enciam , tomàquet i cogombre</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Tallarines amb salsa de tomàquet i formatge ratllat</p> <p>==</p> <p>Remenat d'ou amb xampinyons amb enciam, tomàquet i blat de moro</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassó, pastanaga, ceba i porro amb daus de pa torrat</p> <p>==</p> <p>Hamburguesa de lleties al forn amb tomàquet i cogombre amanit</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Paté d'albergínia amb torradetes</p> <p>==</p> <p>Mongetes estofades</p> <p>==</p> <p>logurt (avellanes i panses)</p>	<p>Sopa de peix amb arròs</p> <p>==</p> <p>Broquetes de gall d'indi amb enciam, tomàquet i olives</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Arròs amb salsa de tomàquet o formatge ratllat</p> <p>==</p> <p>Truita de carbassó i ceba amb enciam, tomàquet i olives</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Sortit d'enciams amb poma i quinoa</p> <p>==</p> <p>Cigrons amb curri i carbassa</p> <p>==</p> <p>logurt (pipes de carbassa i panses)</p>	<p>Brou vegetal</p> <p>==</p> <p>Pollastre la forn amb salsa de verdures i patates</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Humus de carbassa amb torradetes</p> <p>==</p> <p>Fideuà amb verdures , sípia i calamars</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Saltejat de mongetes seques amb xampinyons</p> <p>==</p> <p>Llom de salmó marinat al forn</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Bròquil amb patates</p> <p>==</p> <p>Mandonguilles a la jardinera</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de pastanaga, porro i carbassó i crostons</p> <p>==</p> <p>Corball al forn amb patates i ceba</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis amb bolonyesa vegetal</p> <p>==</p> <p>Croquetes de l'hort casolanes i enciam, tomàquet i cogombre</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>==</p> <p>Ous estrellats amb pèsols</p> <p>==</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Sortit d'enciams amb formatge i pipes</p> <p>==</p> <p>Lleties estofades</p> <p>==</p> <p>logurt (panses i nous)</p>



INSTITUT ESCOLA LA TORDERA
MENÚ A
OCTUBRE, NOVEMBRE I DESEMBRE

FRUITA DE TEMPORADA: _pera, poma, taronja, mandarina, caqui, plàtan, pinya, magrana, raïm.