



ÀPATS MENJADOR ESCOLAR – NOVEMBRE 2022

Programa d'àpats realitzat per Polina Racheva, Dietista/Nutricionista Col·legiada CAT000186



NOTES:

- Les persones esporàdiques han d'abonar abans de les 10 hores del matí la quantitat establerta a través de la plataforma de pagament de la web.
- Recordeu que a la web www.montsanntura.cat/menjadorcorbatera hi trobareu tota la informació sobre novetats i activitats que anem desenvolupant al menjador.

| Dilluns 31 | Dimarts 1 | Dimecres 2 | Dijous 3 | Divendres 4 |
|------------------------------------|--|--|--|---|
| FESTIU | FESTIU | Llenties amb arròs | Bròquil i patata gratinats | Macarrons amb formatge i tomàquet |
| | | Pollastre arrebossat amb enciam roure | Lluç al forn amb carxofes | Hamburguesa de porc i vedella |
| | | Pinya | Làctic | Poma |
| Dilluns 7 | Dimarts 8 | Dimecres 9 | Dijous 10 | Divendres 11 |
| Trinxat de patata i col | Sopa de pistons | Cigrons estofats | Arròs a la cubana | Fideus rossos |
| Mandonguilles amb pèsols | Pollastre al forn amb cirerols | Sípia amb suc | Ous durs gratinats amb pastanaga ratllada | Llom arrebossat amb xampinyons i ceba |
| Fruits secs | Kiwi | Macedònia | Postre làctic | Poma |
| Dilluns 14 | Dimarts 15 | Dimecres 16 | Dijous 17 | Divendres 18 |
| Llenties amb verdures | Patata i bajoca | Macarrons integrals amb carabassó i soja | Bròquil gratinat | Arròs de peix |
| Bruixa al forn amb salsa de bolets | Llonganissa amb tomàquet amanit | Truita de pernil dolç i formatge | Pollastre arrebossat amb hummus de cigrons | Calamars amb picada d'all i julivert i cirerols |
| Meló | Ràim | Mandarines | Làctic | Taronja |
| Dilluns 21 | Dimarts 22 | Dimecres 23 | Dijous 24 | Divendres 25 |
| Crema de carabassa amb pipes | Espaguetis amb formatge fresc i espinacs | Sopa de verdures i arròs | Llenties estofades | ÀPATS DEL MÓN: TURQUÍA Infantil i primària: Sopa turca i falafel Secundària: Falafel i Kebab |
| Hamburguesa amb patates | Pollastre a la planxa amb xampinyons | Truita de patata amb pastanaga ratllada | Lluç a la planxa amb amanida | |
| Meló | Poma | Làctic | Mandarines | |