NOVEMBRE | ESCOLA ASPACE (SENSE PORC)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

FUNDACIÓ aspace Catalunya

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
festa 1	1P MONGETES SEQUES ESTOFADES AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P MANDONGUILLES DE PEIX (1, 3, 4, 7, 9, 12, 14) GU JARDINERA PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 2	1P FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 12) 2P BASTONETS DE POLLASTRE ARREBOSSATS (1, 3) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 3	1P BRÒQUIL AMB PASTANAGUES BULLIDES 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 4	1P RISOTTO DE BOLETS I CARBASSA (3, 7, 9) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI (12) GU CUSCÚS (1, 6) PO COMPOTA DE POMA 5
1P FUSSILIS SALTEJATS AMB HERBES AROMÀTIQUES (1, 3, 7, 9, 10, 11) 2P TRUITA CASOLANA DE CARBASSÓ, PATATA Y CEBA (3) GU PASTANAGA RATLLADA PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 8	1P CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P CROQUETES DE BACALLÀ (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14) GU AMANIDA DE SOJA (pastanaga, brots de soja i blat de moro) AMB VINAGRETA D'ORENGA (6, 12) PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 9	1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons) 2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 10	1P SOPA DE PEIX AMB PISTONS (1, 4, 9, 10, 11) 2P POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 11	1P CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 2P PIZZA CASOLANA DE VERDURES (salsa de tomàquet, mozzarella, albergínia, ceba, carbassó, xampinyons i olives) (1, 7) PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 12
1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN GU TOMÀQUET AL FORN PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 15	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3, 6) 2P BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS (1, 3, 4) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 16	1P FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) AMB ALL I OLI (opcional) (1, 2, 3, 4, 9, 10, 11, 14) 2P SALSITXES DE POLLASTRE A LA PLANXA (6, 12) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 17	1P COL I PATATA 2P ESTOFAT DE GALL DINDI (12) GU CUSCÚS (1, 6) PO COMPOTA DE POMA 18	1P CREMA DE LLEGUMS (1, 9) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 19
1P MAC & CHEESE (galets gratinats amb formatge) (1, 3, 7) 2P BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS (1, 3, 4) GU AMANIDA DE MESCLUM, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 22	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P PIT DE GALL DINDI A LA PLANXA AMB VINAGRETA DE LLIMONA (12) GU TIRES DE PEBROT VERMELL PO POMA AL FORN 23	1P MONGETES SEQUES ESTOFADES AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P OUS GRATINATS AMB SALSA DE TOMÀQUET (1, 3, 7) PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 24	1P BROU CASOLÀ DE VERDURES AMB GALETS (1, 9) HAMBURGUESES 2P DE VEDELLA A LA PLANXA (6, 12) GU PATATES XIPS PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 25	1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons) 2P CRESTES DE TONYINA (1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 14) GU AMANIDA D'ENCIAMSVARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 26
1P LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) (1) 2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 29	1P CREMA DE CARBASSA (patata ,ceba i porro) 2P CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA (1, 12) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA NATURAL O LÀCTIC (6, 7) 30			

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT000409)

AL·LÈRGENS:

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacahuets (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits Secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Llavors de sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramussos (13) · Mol·luscs (14)

Sistema de Gestión TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108639489