

MENU HALAL ESCOLA ANGLESO LA · FEBRER 2023

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	-Crema de carbassa amb lleties vermelles -Trita de patata i moniato amb amanida -Fruita	-Arròs 3 delícies amb pastanaga, xampinyons i porros -Pernilet de pollastre halal rostit amb llimona i romani i amanida -Iogurt	-Mill amb verdures saltejades -Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita
-Fideuà de verdures amb allioli casolà -Trita d'espínacs i ceba amb amanida -Fruita	-Crema de pastanaga i fonoll amb lleties vermelles -Pizza casolana de verdures i formatge amb amanida -Iogurt	-Patata, moniato i bledes al vapor -Pollastre halal rostit amb herbes i amanida -Fruita	-Cigrons amb romesco d'avellanes -Croquetes de mill amb amanida -Fruita	-Crema de coliflor i ceba -Bacallà amb patates gratinat amb musselina d'alls i amanida -Fruita
-Lleties estofades amb verdures d'hivern -Arròs integral amb s/ de remolatxa i carbassa -Fruita	-Crema de porros i ceba -Pastís de mill amb formatge i amanida -Iogurt	-Trinxat de col i patata amb oli d'alls -Cigrons amb verdures -Fruita	MENÚ DE DIJOUS GRAS -Arròs al forn amb samfaina d'hivern -Trita de mongeta seca amb amanida -Fruita	-Sopa de galets -Mandonguilles casolanes de pollastre halal amb verdures i amanida -Fruita
20	21	-Lleties estofades amb verdures d'hivern -Arròs integral amb s/ de carbassa i pastanaga -Fruita	-Macarrons amb s/de l'increïble Hulk (espínacs) -Peix fresc s/mercat amb verdures i amanida -Fruita	-Patata, pastanaga i bròquil al vapor -Pollastre halal a la planxa i amanida -Fruita
-Crema de carbassa -Arròs a la cubana amb ou dur -Fruita	-Sopa de pistons -Estofat de pollastre halal i verdures amb amanida -Fruita			

Aquest menú ha estat elaborat per La XupXup i revisat per Gemma Oña (dietista col·legiada núm. CAT/00719)



El 100% de les nostres verdures i fruites són de producció ecològica i de proximitat i són producte de temporada
Els arrossos i la pasta són ecològics i de proximitat. El llegum dependrà de les collites de cada any
Els iogurts i els ous són frescos, de producció ecològica i de productors catalans
La carn de vedella és de certificació IGP "Vedella dels Pirineus Catalans". El pollastre és de sacrifici halal
El peix fresc prové de les costes del Mediterrani del Cantàbric
Els fruits secs són del camp de Tarragona i el pa s'elabora a Cal forner de manera tradicional amb farina ecològica
Cuinem i amanim amb oli d'oliva arbequina de cooperatives de Tarragona i de Lleida. www.laxupxup.cat



Peix fresc de costa



Menú de cullera



Menú festiu