

MENU SENSE LLET ESCOLA ANGLESONA · 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 rostit amb llimona i romaní i amanida -Compota casolana	-Mill amb verdures saltejades -Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita
-Fideuà de verdures -Trita d'espinaçs i ceba amb amanida -Fruita	-Crema de pastanaga i fonoll amb lleties vermelles -Pizza casolana de verdures i tonyina amb amanida -Compota casolana	-Patata, moniato i bledes al vapor -Pollastre rostit amb herbes i amanida -Fruita	-Cigrons amb romesco d'avellanes -Boletes d'arròs i bacallà amb amanida -Fruita	-Crema de coliflor i ceba -Bacallà amb patates gratinades amb musselina d'all 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 carn i amanida -Compota casolana	-Trinxat de col i patata amb oli d'all -Cigrons amb verdures i xistorra -Fruita	MENÚ DE DIJOUS GRAS -Arròs al forn amb samfaina d'hivern -Trita de botifarra d'ou amb amanida -Fruita	-Sopa de galets -Mandonguilles casolanes de pollastre estofades amb verdures i amanida -Fruita
-Crema d'api-rave -Trita de patata i ceba amb amanida -Fruita	-Lleties estofades amb verdures d'hivern -Arròs integral amb s/ de carbassa i pastanaga -Fruita	-Macarrons amb verdures -Peix fresc s/mercat amb verdures i amanida -Fruita	-Patata, pastanaga i bròquil al vapor -Ales de pollastre ecològic amb s/barbacoa i amanida -Fruita	
-Crema de carbassa -Arròs a la cubana amb ou dur -Fruita	-Sopa de pistons -Estofat de pollastre 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