



MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



BASAL



DIMECRES		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Mongeta tendra i patata Mandonguilles (carn de porc i vedella) amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa amb juliana de verdures Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons a la Riojana (verdures i xoriç) Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma		Crema de patata i pastanaga Pernillets de pollastre al forn Enciam, cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St.Pere al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Llibrets de gall d'indi i formatge Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives logurt natural		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera		Crema de carbassó Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa amb pernil dolç Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall d'indi Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera										

