

MENÚ BÀSIC MAIG 2021

Menjador ecològic, de proximitat i de temporada
Escola Bergantí, El Masnou.



DILLUNS

Arròs amb tomàquet **3**
Croquetes de bacallà
i amanida

A: 1, 2, 3, 5

DIMARTS

Espaguetis amb salsa **4**
d'espínacs
Truita francesa i
amanida

A: 1, 2, 4

DIMECRES

Amanida de l'hort
Llenties estofades **5**

DIJOUS

Verdura amb patata **6**
Llom amb salsa de
verdures

DIVENDRES

Crema de verdures **7**
amb mill
Pollastre rostit i
amanida

Amanida de l'hort
Fideuà amb sípia **10**

A: 2, 10

Verdura amb patata **11**
Remenat d'ou i
amanida

A: 1

Sopa amb pistons **12**
Pollastre amb salsa
de poma

A: 2, 6

Hummus amb
crudités **13**
Paella de verdures

A: 4

Cuscús amb verdures **14**
Vedella estofada amb
verdures

A: 2

Macarrons a la
napolitana **17**
Peix al forn amb
amanida

A: 2, 5

Cigrons saltejats **18**
amb verdures
Varetes de verdures
i amanida

A: 1, 2

Verdura amb patata **19**
Truita amb formatge
i amanida

A: 1, 3

Crema de verdures **20**
Tacos de pollastre i
verdures

Amanida de l'hort **21**
Arròs a la cassola
amb costella

FESTIU

Amanida de l'hort **25**
Bunyols de bacallà
amb amanida

A: 1, 2, 3, 5

Amanida de l'hort **26**
Mongetes estofades

Arròs amb verdures **27**
saltejades
Truita de verdura i
amanida

A: 1

Verdura amb patata **28**
Pollastre amb allada
i amanida

Amanida d'arròs **31**
Peix al forn amb
verdures

A: 5

Les **verdures** no les podem detallar perquè depenen de la temporada, la disponibilitat i del seu punt òptim de collita.

Les **postres** sempre són fruita de temporada excepte el dia que no hi ha proteïna animal que són iogurt.

INFORMACIÓ D'AL·LÈRGENS PRESENTS ALS NOSTRES PLATS:

1 ou, 2 cereals amb gluten, 3 llets i derivats, 4 grans de sèsam, 5 peix, 6 api, 7 cacauets, 8 fruits amb closca, 9 soja, 10 mol·luscs, 11 crustacis, 12 mostassa, 13 tramussos, 14 Anhidrid sulfurós.