



menús novembre 2023 - escola bressol 1 a 2 anys

magrana cuina RSIPAC 2607002/CA

menús revisats per dietistes-nutricionistes, col·legiades pel CODINUCAT

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	
<p>Es tenen en compte els criteris de sostenibilitat, proximitat i temporada:</p> <ul style="list-style-type: none"> . el iogurt és de la marca "La Torre", productor de la comarca. . totes les verdures i fruites són fresques, excepte el tomàquet de les salses, els pèsols i el blat de moro. . els productes ecològics que utilitzem són: els llegums, el cuscús integral, les llavors, la sal marina, l'arròs integral, l'oli d'oliva verge extra que utilitzem en cru i algunes verdures de temporada. . tota la carn és fresca, excepte les croquetes. . el peix blanc incorporat és de pesca sostenible (lluç, bacallà i maria congelat) . s'utilitza oli d'OVE ecològic per amanir en cru, oli d'oliva per cuinar i oli de girasol alt oleic per fregir. <p>tots els menús van acompanyats de pa (conté gluten), la ració és de 30g. en el menú hi ha especificats els al·lèrgens i una proposta de sopars.</p>		<p>1</p> <p style="text-align: center;">festa!!!</p>	<p>2</p> <p>. sopa de caldo amb pasta</p> <ul style="list-style-type: none"> . truita de pernil dolç i formatge amb amanida (enciam i remolatxa) . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté api, gluten, ou, lactosa</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> . patata amb mongeta tendra . lluç al forn amb amanida (enciams i pastanaga) . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté peix</p>	
<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> . trinxat de moniato, patata i bledes . hamburguesa de quinoa i amanida (enciam i pastanaga) . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté gluten, soja</p>		<p>8</p> <p>. sopa de caldo amb pasta</p> <ul style="list-style-type: none"> . pilota al forn amb salsa de verdures . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté: gluten, api, sulfits, ou</p>		<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> . crema de coliflor, xirivia, ceba i porro amb crispetes . pollastre al forn amb patata, ceba i alls . fruita del temps <p style="text-align: right;">no conté al·lèrgens</p>	
<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> . crema de llenties amb verdures . maires a l'andalusa i amanida (enciam i tomàquet) . iogurt natural de la torre <p style="text-align: right;">conté: llegum, peix, gluten, lactosa, prot llet</p>		<p>10</p> <p>. sopa de peix amb arròs</p> <ul style="list-style-type: none"> . truita de patata i albergínia amb amanida (enciam, endívia i poma) . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté: peix, api, ou</p>			
<p>escudella/ peix blau i amanida/ fruita</p>		<p>verdura/ hamburguesa de mill/ compota</p>		<p>crema verdures del temps/ ous/ fruita</p>	
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> . bròquil amb patata . bacallà amb verdures al forn . iogurt natural de la torre <p style="text-align: right;">conté: peix, lactosa, prot llet</p>		<p>15</p> <p>. sopa de caldo amb pasta</p> <ul style="list-style-type: none"> . nuggets vegetals amb tomàquet i amanida (enciams i blat de moro) . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté: lactosa, prot llet, gluten, api, soja</p>		<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> . crema de fonoll, coliflor i moniato . estofat de magra de porc amb verdures . fruita del temps <p style="text-align: right;">no conté al·lèrgens</p>	
<p>verdura/ tofu/ fruita del temps</p>		<p>llegum/ arròs integral i verdures/ iogurt</p>		<p>verdura amb patata/peix blau/ compota</p>	
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> . trinxat de col i patata . croquetes de rostit i amanida (enciams, remolatxa i taronja) . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté: gluten, llet, api</p>		<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> . crema de carbassa amb llavors de girasol . cuscús amb gall dindi i verdures . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté: llavors, gluten</p>		<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> . crema de cigrons amb verdures . lluç al forn amb salsa de tomàquet i ceba . rodanxes de taronja amb canyella <p style="text-align: right;">conté: llegum, peix</p>	
<p>sopa de pasta/ peix blanc/ amanida</p>		<p>verdura brasa/ llegums/ fruita</p>		<p>amanida/pizza casolana/fruita del temps</p>	
<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> . crema de llenties amb verdures . bacallà al forn amb all i julivert i amanida (enciams, fonoll i pastanaga) . iogurt natural de la torre <p style="text-align: right;">conté: llegum, peix, lactosa, prot llet</p>		<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> . patates aixafades amb bledes i oli d'all . hamburguesa de porc amanida (enciams, pastanaga i raves) . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté sulfits</p>		<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> . sopa de caldo amb pasta . truita de patata i ceba amb amanida (enciam, remolatxa i llavors) . fruita del temps <p style="text-align: right;">conté api, gluten, ou</p>	
<p>verdura amb moniato/ conill/ compota</p>		<p>crema verdures/ llegum / iogurt</p>		<p>patata i verdura/ peix blau petit/ compota</p>	



segueix-nos per instagram a @magranacuines

*des de **magrana** ens reservem el dret a modificar el menú, en cas que fos necessari