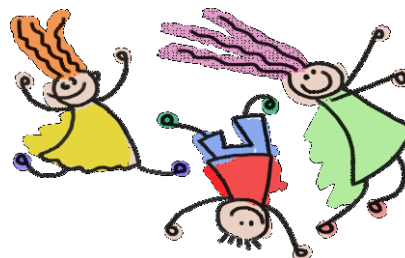


Escola "L'Arboç"

Menú de Novembre



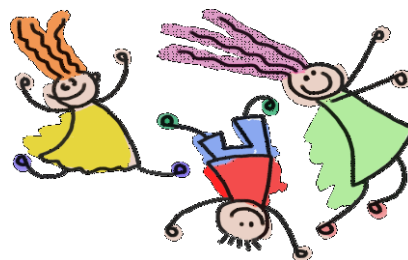
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Festiu	2 -ARRÒS BLANC AMB SALSINA DE TOMÀQUET. -FILET DE LLUÇ ARREBOSSAT AMB AMANIDA. (Enciam ecològic i km 0) -IOGURT NATURAL.	3 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA . (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA
6 -ARRÒS DE TARDOR (Amb moniato, panses i bolets). -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	7 -PATATA BULLIDA AMB BLEDES. (Bledes ecològiques I km 0) -ESCALOPA DE LLOM AMB AMANIDA . -FRUITA.	8 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET I CEBA I AMANIDA. (Pa integral) -FRUITA.	9 -ESPAGUETI AMB SALSINA DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT. -HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA. -IOGURT NATURAL	10 -LLENTIES ESTOFADES AMB ESPINACS -OU DUR AMB AMANIDA . (Enciam ecològic I km0) -FRUITA
13 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE I PATATES BULLIDES I AMANIDA. -FRUITA.	14 -PATATA BULLIDA AMB PÈSOLS. -FILET DE BACALLÀ FREGIT AMB AMANIDA . -FRUITA.	15 -ARRÒS BLANC AMB SALSINA DE TOMÀQUET - SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA -FRUITA	16 -CREMA DE PORRO. -MANDONGULLES DE VEDELLA AMB SALSINA DE VEGETALS. I AMANIDA (Pa integral) -IOGURT NATURAL	17 -PURÉ DE PATATA, PASTANAGA, CEBA I CIGRONS. -CROQUETES D' AU AMB AMANIDA . (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA.
20 -AMANIDA VERDA AMB TONYINA. -LLENTIES AMB VERDURETES I ARRÒS INTEGRAL (Llenties de producció ecològica) -FRUITA.	21 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE AREBOSSAT AMB AMANIDA. -FRUITA.	22 -CREMA DE CARBASSA.. -MACARRONS AMB CARN DE VEDELLA I FORMATGE RATLLAT. I AMANIDA -FRUITA.	23 -SOPA D' ARRÒS AMB PÈSOLS. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA . (Enciam ecològic i km0) -IOGURT NATURAL	24 -PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. -ESCALOPA DE LLOM AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES (Enciam ecològic i km0) -FRUITA
27 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	28 -CIGRONS AMB ESPINACS. -VARETES DE PEIX AMB AMANIDA . -FRUITA.	29 -ARRÒS LANC AMB SALSINA DE TOMÀQUET -SALSITXES DE PORC A LA PLANXA I AMANIDA (Pa integral) -FRUITA	30 -CREMA DE VERDURES (Amb patata, mongeta verda, , pastanaga, ceba i formatge) -ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS I AMANIDA. -IOGURT NATURAL	

- Les fruites del mes de Novembre són : les peres, els plàtans, les mandarines, les taronges i les pomes.
- Tots els àpats van acompanyats d'aigua i pa.
- L'oli que s'utilitza per amanir és oli d'oliva verge.
- El iogurt és iogurt natural ensucrat de la Fageda.

Escola "L'Arboç"

Menú de Novembre

(No lactosa, no ou, no marisc, no fruits secs)



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Festiu	2 -ARRÒS BLANC AMB SALSÀ DE TOMÀQUET. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA. (Enciam ecològic i km 0) -COMPOTA DE POMA	3 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA . (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA
6 -ARRÒS DE TARDOR (Amb moniato, i bolets). -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	7 -PATATA BULLIDA AMB BLEDES. (Bledes ecològiques I km 0) -LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA . -FRUITA.	8 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET I Ceba I AMANIDA. (Pa integral) -FRUITA.	9 -ESPAGUETI AMB SALSÀ DE TOMÀQUET . -HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA. -COMPOTA DE PERA	10 -LLENTIES ESTOFADES AMB ESPINACS -CALAMARS A LA PLANXA AMB AMANIDA (Enciam ecològic i km0) -FRUITA
13 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE I PATATES BULLIDES I AMANIDA. -FRUITA.	14 -PATATA BULLIDA AMB PÈSOLS. -FILET DE BACALLÀ FREGIT AMB AMANIDA . -FRUITA.	15 -ARRÒS BLANC AMB SALSÀ DE TOMÀQUET - SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA -FRUITA	16 -CREMA DE PORRO. -MANDONGULLES DE VEDELLA AMB SALSÀ DE VEGETALS. I AMANIDA (Pa integral) -COMPOTA DE POMA.	17 -PURÉ DE PATATA, PASTANAGA, Ceba I CIGRONS. -LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA . (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA.
20 -AMANIDA VERDA AMB TONYINA. -LLENTIES AMB VERDURETES I ARRÒS INTEGRAL (Llenties de producció ecològica) -FRUITA.	21 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE BULLIT AMB AMANIDA. -FRUITA.	22 -CREMA DE CARBASSA.. -MACARRONS AMB CARN DE VEDELLA I AMANIDA -FRUITA.	23 -SOPA D' ARRÒS AMB PÈSOLS. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA . (Enciam ecològic i km0) -COMPOTA DE PERA	24 -PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. - LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES (Enciam ecològic i km0) -FRUITA
27 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	28 -CIGRONS AMB ESPINACS. -LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA . -FRUITA.	29 -ARRÒS LANC AMB SALSÀ DE TOMÀQUET -SALSITXES DE PORC A LA PLANXA I AMANIDA (Pa integral) -FRUITA	30 -CREMA DE VERDURES (Amb patata, mongeta verda, pastanaga, ceba) -ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS I AMANIDA. -COMPOTA DE POMA	

- Les fruites del mes de Novembre són : les peres, els plàtans, les mandarines, les taronges i les pomes.
- Tots els àpats van acompanyats d'aigua i pa.
- L'oli que s'utilitza per amanir és oli d'oliva verge.
- El iogurt és iogurt natural ensucrat de la Fageda.

Escola "L'Arboç"

Menú de Novembre (No porc)



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Festiu	2 -ARRÒS BLANC AMB SALSÀ DE TOMÀQUET. -FILET DE LLUÇ ARREBOSSAT AMB AMANIDA. (Enciam ecològic i km 0) -IOGURT NATURAL.	3 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA . (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA
6 -ARRÒS DE TARDOR (Amb moniato, panses i bolets). -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	7 -PATATA BULLIDA AMB BLEDES. (Bledes ecològiques I km 0) -CRESTES DE TONYINA AMB AMANIDA -FRUITA.	8 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET I CEBÀ I AMANIDA. (Pa integral) -FRUITA.	9 -ESPAGUETI AMB SALSÀ DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT. -HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA. -IOGURT NATURAL	10 -LLENTIES ESTOFADES AMB ESPINACS -OU DUR AMB AMANIDA (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA
13 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE I PATATES BULLIDES I AMANIDA. -FRUITA.	14 -PATATA BULLIDA AMB PÈSOLS. -FILET DE BACALLÀ FREGIT AMB AMANIDA . -FRUITA.	15 -ARRÒS BLANC AMB SALSÀ DE TOMÀQUET - TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA . -FRUITA	16 -CREMA DE PORRO. -MANDONGULLES DE VEDELLA AMB SALSÀ DE VEGETALS. I AMANIDA (Pa integral) -IOGURT NATURAL	17 -PURÉ DE PATATA, PASTANAGA, CEBÀ I CIGRONS. -CROQUETES D' AU AMB AMANIDA . (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA.
20 -AMANIDA VERDA AMB TONYINA. -LLENTIES AMB VERDURETES I ARRÒS INTEGRAL (Llenties de producció ecològica) -FRUITA.	21 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE AREBOSSAT AMB AMANIDA. -FRUITA.	22 -CREMA DE CARBASSA.. -MACARRONS AMB CARN DE VEDELLA I FORMATGE RATLLAT. I AMANIDA -FRUITA.	23 -SOPA D' ARRÒS AMB PÈSOLS. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA (Enciam ecològic i km0) -IOGURT NATURAL	24 -PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. -ROTLET DE PRIMAVERA AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES (Enciam ecològic i km0) -FRUITA
27 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	28 -CIGRONS AMB ESPINACS. -VARETES DE PEIX AMB AMANIDA . -FRUITA.	29 -ARRÒS BLANC AMB SALSÀ DE TOMÀQUET -LLUÇ A LA PLANXA I AMANIDA (Pa integral) -FRUITA	30 -CREMA DE VERDURES (Amb patata, mongeta verda, pastanaga, cebà i formatge) -ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS I AMANIDA. -IOGURT NATURAL	

- Les fruites del mes de Novembre són : les peres, els plàtans, les mandarines, les taronges i les pomes.
- Tots els àpats van acompanyats d'aigua i pa.
- L'oli que s'utilitza per amanir és oli d'oliva verge.
- El iogurt és iogurt natural ensucrat de la Fageda.

Escola "L'Arboç"

Menú de Novembre (Règim estricte)



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Festiu	2 -MONGETA VERDA SALTADA AMB PEBROT. -TRUITA FRANCESA I AMANIDA . (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA.	3 -PATATA BULLIDA I COLLIFLOR -POLLASTRE A LA PLANXA I AMANIDA. -IOGURT DESCREMAT
6 -PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	7 -PATATA BULLIDA AMB BLEDES. (Bledes ecològiques I km 0) -HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA . -FRUITA.	8 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -VERAT A LA PLANXA I AMANIDA. -FRUITA.	9 -BRÒQUIL I PATATA BULLIDA. -POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	10 -LLENTIES BULLIDES AMB ESPINACS -TRUITA FRANCESA I AMANIDA (Enciam ecològic I km0) -IOGURT DESCREMAT
13 -ESPINACS SALTATS AMB PEBROT I CEBA -POLLASTRE A LA PLANXA I AMANIDA. -FRUITA.	14 -PATATA BULLIDA AMB PÈSOLS. -FILET DE BACALLÀ AL VAPOR AMB AMANIDA . -FRUITA.	15 -CIGRONS BULLITS. - SALMÓ AL VAPOR I AMANIDA. -IOGURT DESCREMAT	16 -CREMA DE PORRO. -GALL D' INDI A LA PLANXA I AMANIDA. -FRUITA	17 -PURÉ DE PATATA, PASTANAGA, CEBA I CIGRONS -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA (Enciam ecològic i km 0) -FRUITA.
20 -LLENTIES BULLIDES. -TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA. -FRUITA.	21 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE BULLIT I AMANIDA. -FRUITA.	22 -CREMA DE CARBASSA. -HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA I AMANIDA -FRUITA.	23 -SALTAT DE VERDURES. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA (Enciam ecològic i km0) -FRUITA.	24 -PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. -VERAT A LA PLANXA AMB AMANIDA. (Enciam ecològic i km0) -IOGURT DESCREMAT
27 -PATATA BULLIDA AMB COL. -HAMBURGUESA D' AU A LA PLANXA AMB AMANIDA. -FRUITA.	28 -CIGRONS AMB ESPINACS. -LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA . -IOGURT DESCREMAT	29 -PATATA BULLIDA AMB MONGETA TENDRA, PASTANAGA I PÈSOLS. -POLLASTRE A LA PLANXA I AMANIDA -FRUITA	30 -CREMA DE VERDURES (Amb patata, mongeta tendrà, pastanaga, ceba i formatge) -VEDELLA A LA PLANXA I AMANIDA. -FRUITA.	