

# ESCOLA L'ARBOÇ

## Menú de Juny



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>-MONGETES SEQUES I PATATES BULLIDES (Patata nova km 0)</p> <p>-CROQUETES D' AU AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>4</p> <p>-ESPAGUETI AMB SALSÀ DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT</p> <p>-FILET DE BACALLÀ FREGIT AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES. (Enciam ECO i km 0)</p> <p>- FRUITA</p>	<p>5</p> <p>-CREMA DE PORRO.</p> <p>-POLLASTRE ROSTIT AMB TOMÀQUET I CEBÀ. (Pa integral)</p> <p>-FRUITA. (De producció integrada)</p>	<p>6</p> <p>.-ARRÒS A LA MILANESA (Amb tomàquet, ceba, pèsols i pernil dolç)</p> <p>-LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA (Enciam ecològic i km 0)</p> <p>-IOGURT.</p>	<p>7</p> <p>-PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. (Patata nova km 0)</p> <p>-ESCALOPA DE LLOM AMB TOMÀQUET AMANIT.</p> <p>-FRUITA.</p>
<p>10</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>11</p> <p>-CREMA DE CARBASSÓ AMB TORREDETES DE PA.</p> <p>-HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>12</p> <p>AMANIDA VERDA AMB OU DUR ( Enciam i ous ecològics i km 0)</p> <p>-LLENTIES AMB VERDURETES.I ARRÒS INTEGRAL (De producció ecològica)</p> <p>-FRUITA (De producció integrada)</p>	<p>13</p> <p>- ESPIRALS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT</p> <p>-POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I COGOMBRE</p> <p>-IOGURT.</p>	<p>14</p> <p>-ARRÒS BLANC AMB SALSÀ DE TOMÀQUET .</p> <p>-LLUÇ ARREBOSSAT AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES (Enciam ecològic i Km 0)</p> <p>-FRUITA.</p>
<p>17</p> <p>-CIGRONS BULLITS AMB PASTANAGA</p> <p>-SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>18</p> <p>-AMANIDA VERDA AMB TONYINA.</p> <p>-MACARRONS AMB CARN DE VEDELLA I FORMATGE RATLLAT.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>19</p> <p>-PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. (Patata nova km 0)</p> <p>-FILET DE BACALLÀ AL VAPOR AMB AMANIDA D' ENCIAM I PIPES. (Enciam ECO i km 0)</p> <p>-FRUITA. (De producció integrada)</p>	<p>20</p> <p>-ARRÒS SALTAT AMB CARBASSÓ, CEBÀ, PASTANAGA I TOMÀQUET</p> <p>- POLLASTRE ARREBOSSAT AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA. (Enciam ecològic i km 0)</p> <p>-IOGURT.</p>	<p>21</p> <p>-CREMA DE VERDURES (Amb patata, ceba, mongeta verda, pastanaga i formatge)</p> <p>-CANELONS DE CARN.</p> <p>-GELAT.</p>



La fruita de producció integrada són els albercocs i les cireres.

# ESCOLA L'ARBOÇ

## Menú HIPOCALÒRIC

### de Juny



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>-MONGETES SEQUES I PATATES BULLIDES.</p> <p>(Patata nova km 0)</p> <p>-SALMÓ AL VAPOR AMB AMANIDA .</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>4</p> <p>-ESPINACS AMB PANSES.</p> <p>-FILET DE BACALLÀ FREGIT AMB AMANIDA .</p> <p>(Enciam ECO i km 0)</p> <p>- FRUITA</p>	<p>5</p> <p>-CREMA DE PORRO.</p> <p>-POLLASTRE A LA PLANXA I AMANIDA. (Pa integral)</p> <p>-FRUITA. (De producció integrada)</p>	<p>6</p> <p>.-PATATA BULLIDA AMB BRÒQUIL.</p> <p>-LLUÇ A LA PLANXA I AMANIDA.</p> <p>(Enciam ecològic i km 0)</p> <p>-IOGURT DESCREMAT.</p>	<p>7</p> <p>-PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. (Patata nova km 0)</p> <p>-CONILL A LA PLANXA I AMANIDA.</p> <p>-FRUITA.</p>
<p>10</p> <p><b>FESTIU</b></p> 	<p>11</p> <p>-CREMA DE CARBASSÓ .</p> <p>-VEDELLA A LA PLANXA I AMANIDA.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>12</p> <p>-LLENTIES AMB VERDURETES.I ARRÒS INTEGRAL (De producció ecològica)</p> <p>-TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA.</p> <p>-IOGURT DESCREMAT</p>	<p>13</p> <p>- PATATA BULLIDA AMB COL.</p> <p>-POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA.</p> <p>-FRUITA. (DE producció integrada)</p>	<p>14</p> <p>-COL.LIFLOR BULLIDA.</p> <p>-LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA .</p> <p>(Enciam ecològic i Km 0)</p> <p>-FRUITA.</p>
<p>17</p> <p>-CIGRONS BULLITS.</p> <p>-TONYINA A LA PLANXA I AMANIDA.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>18</p> <p>-PÈSOLS SALTATS AMB ALL I JULIVERT.</p> <p>-LLUÇ A LA PLANXA I AMANIDA.</p> <p>-IOGURT DESCREMAT</p>	<p>19</p> <p>-PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. (Patata nova km 0)</p> <p>-BACALLÀ AL VAPOR I AMANIDA. (Enciam ECO i km 0)</p> <p>-FRUITA. (De producció integrada)</p>	<p>20</p> <p>-MONGETA VERDA SALTADA AMB PEBROT.</p> <p>- POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA .</p> <p>(Enciam ecològic i km 0)</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>21</p> <p>-CREMA DE VERDURES (Amb patata, ceba, mongeta verda, pastanaga i formatge)</p> <p>-HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA.</p> <p>-FRUITA.</p>
<p>24</p> <p><b>FESTIU</b></p> 	<p>25</p> <p>-PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA.</p> <p>-POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA .</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>26</p> <p>-GAZPATXÓ.</p> <p>-CONILL A LA PLANXA I AMANIDA.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>27</p> <p>-CIGRONS AMB CARBASSÓ.</p> <p>-TRUITA FRANCESA I AMANIDA.</p> <p>-IOGURT DESCREMAT</p>	<p>28</p> <p>-PATATA BULLIDA AMB BLEDES. (Bledes ecològiques i km 0)</p> <p>-LLUÇ A LA PLANXA I AMANIDA.</p> <p>-FRUITA.</p>

La fruita de producció integrada són els albercocs i les cireres.

# ESCOLA L'ARBOÇ" NO PORC

## Menú de Juny



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>-MONGETES SEQUES I PATATES BULLIDES (Patata nova km 0)</p> <p>-CROQUETES D' AU AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>4</p> <p>-ESPAGUETI AMB SALSÀ DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT</p> <p>-FILET DE BACALLÀ FREGIT AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES. (Enciam ECO i km 0)</p> <p>- FRUITA</p>	<p>5</p> <p>-CREMA DE PORRO.</p> <p>-POLLASTRE ROSTIT AMB TOMÀQUET I CEBÀ. (Pa integral)</p> <p>-FRUITA. (De producció integrada)</p>	<p>6</p> <p>.-ARRÒS A LA MILANESA (Amb tomàquet, ceba, pèsols )</p> <p>-LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA (Enciam ecològic i km 0)</p> <p>-IOGURT.</p>	<p>7</p> <p>-PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. (Patata nova km 0)</p> <p>-ROTLET DE PRIMAVERA AMB TOMÀQUET AMANIT.</p> <p>-FRUITA.</p>
<p>10</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>11</p> <p>-CREMA DE CARBASSÓ AMB TORREDETES DE PA.</p> <p>-HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>12</p> <p>AMANIDA VERDA AMB OU DUR ( Enciam i ous ecològics i km 0)</p> <p>-LLENTIES AMB VERDURETES.I ARRÒS INTEGRAL (De producció ecològica)</p> <p>-FRUITA (De producció integrada)</p>	<p>13</p> <p>- ESPIRALS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT</p> <p>-POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I COGOMBRE</p> <p>-IOGURT.</p>	<p>14</p> <p>-ARRÒS BLANC AMB SALSÀ DE TOMÀQUET .</p> <p>-LLUÇ ARREBOSSAT AMB AMANIDA D' ENCIAM I OLIVES (Enciam ecològic i Km 0)</p> <p>-FRUITA.</p>
<p>17</p> <p>-CIGRONS BULLITS AMB PASTANAGA</p> <p>-LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>18</p> <p>-AMANIDA VERDA AMB TONYINA.</p> <p>-MACARRONS AMB CARN DE VEDELLA I FORMATGE RATLLAT.</p> <p>-FRUITA.</p>	<p>19</p> <p>-PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. (Patata nova km 0)</p> <p>-FILET DE BACALLÀ AL VAPOR AMB AMANIDA D' ENCIAM I PIPES. (Enciam ECO i km 0)</p> <p>-FRUITA. (De producció integrada)</p>	<p>20</p> <p>-ARRÒS SALTAT AMB CARBASSÓ, CEBÀ, PASTANAGA I TOMÀQUET</p> <p>- POLLASTRE ARREBOSSAT AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA. (Enciam ecològic i km 0)</p> <p>-IOGURT.</p>	<p>21</p> <p>-CREMA DE VERDURES (Amb patata, ceba, mongeta verda, pastanaga i formatge)</p> <p>-CANELONS DE CARN.</p> <p>-GELAT.</p>

La fruita de producció integrada són els albercocs i les cireres.