

MES: Desembre 2022

www.mengemdaquiosonallucanes.cat

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Cuscús amb cigrons i verdures d'hivern Plàtan	Espaguetis saltejats amb verdures d'hivern amb fruita seca (picada) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i raves Poma
				1	2
	Arròs integral amb bolets Llenties estofades amb verdures d'hivern Plàtan	Festiu	Col amb patata Filet de gall d'indi arrebossat Enciams variats amanits amb raves i blat de moro Raim	Festiu	Patates amb bledes i pastanaga Pilotilles amb tela i pèsols Pera
	5	6	7	8	9
	Espinacs amb patata Lasanya amb bolonyesa vegetal Poma	Macarrons amb salsa d'ametlles amb llavors de carbassa Truita de verdures Enciams variats amanits amb raves i blat de moro Pera	Crema de moniato amb rostes de pa al forn Cigrons amb arròs i picada d'all i pebre vermell Enciams variats amanits amb col llombarda i olives negres Iogurt natural granel	Bròquil amb patata Pollastre al curri amb guarnició d'arròs integral Plàtan	Pèsols amb patata, porro, ceba i cansalada pebrada Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i api Taronja
	12	13	14	15	16
	Coliflor gratinada amb beixamel Cuscús amb cigrons i verdures d'hivern Mandarina	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat Truita de formatge Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Xips i refrescs Caldo de nadal amb galets Pollastre de Nadal amb panses i prunes Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Neules i torrons		
	19	20	21	22	23
	26	27	28	29	30

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòlera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.

Organitza:

Amb el suport de:

Menú elaborat amb l'assessorament de:

