



Menú juny 2011

ESCOLA ORLANDAI
Basal

		Dimecres 1 Cigrons estofats Ous durs farcits amb tonyina i amb enciam i olives Fruita natural	Dijous 2 Fideuà Hamburguesa de vedella amb enciam i remolatxa Fruita natural	Divendres 3 Mongeta verda, patata i pastanaga Rodó de gall dindi amb tomàquet i ceba Fruita natural
Dilluns 6 Espaguetis a la bolonyesa Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita natural	Dimarts 7 Arròs negre Fricandó de vedella amb bolets Iogurt natural	Dimecres 8 Amanida russa Pollastre al forn amb all i llorer i amb enciam i tomàquet Fruita natural	Dijous 9 Amanida de lleties Trita de patata i ceba amb enciam Fruita natural	Divendres 10 Crema freda de verdura Salsitxes de porc al forn amb enciam i pastanaga Fruita natural
Dilluns 13 FESTIU	Dimarts 14 Amanida de pasta (tomàquet, formatge i pastanaga) Croquetes de pollastre amb enciam / "Gazpacho" (optatiu) Flam	Dimecres 15 Bledes i patata Mandonguilles de vedella amb ceba Fruita natural	Dijous 16 Arròs integral amb tomàquet i ou dur ratllat Cues de rap al forn amb enciam i pastanaga Fruita natural	Divendres 17 Amanida de cigrons (tonyina, tomàquet i olives) Pit de gall dindi al curri amb enciam i tomàquet Fruita natural
Dilluns 20 Amanida d'arròs (tomàquet, olives negres i pipes) Bacallà a la llauna Fruita natural	Dimarts 21 Espirals amb tomàquet Llom arrebossat amb enciam i tomàquet Fruita natural	Dimecres 22 Crema de carabassó Plat combinat Gelat		

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- La majoria de la fruita, patata, ceba, all, nap, pastanaga, arròs carbassa i llegums són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.





ESCOLA ORLANDAI
Sense peix

		<p>Dimecres 1 Cigrons estofats</p> <p>Ous durs amb tonyina i amb enciam i olives</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 2 Fideus amb verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 3 Mongeta verda, patata i pastanaga</p> <p>Rodó de gall dindi amb tomàquet i ceba</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 6 Espaguetis a la bolonyesa</p> <p>Gall dindi arrebossat amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimarts 7 Arròs amb verdures</p> <p>Fricandó de vedella amb bolets</p> <p>Iogurt natural</p>	<p>Dimecres 8 Amanida russa</p> <p>Pollastre al forn amb all i llorer i amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 9 Amanida de lleties</p> <p>Trita de patata i ceba amb enciam</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 10 Crema freda de verdura</p> <p>Salsitxes de porc al forn amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 13</p> <p>FESTIU</p>	<p>Dimarts 14 Amanida de pasta (tomàquet, formatge i pastanaga)</p> <p>Croquetes de pollastre amb enciam / "Gazpacho" (optatiu)</p> <p>Flam</p>	<p>Dimecres 15 Bledes i patata</p> <p>Mandonguilles de vedella amb ceba</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 16 Arròs integral amb tomàquet i ou dur ratllat</p> <p>Llom a la planxa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 17 Amanida de cigrons (pastanaga, tomàquet i olives)</p> <p>Pit de gall dindi al curri amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 20 Amanida d'arròs (tomàquet, olives negres i pipes)</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimarts 21 Espirals amb tomàquet</p> <p>Llom arrebossat amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimecres 22 Crema de carabassó</p> <p>Plat combinat</p> <p>Gelat</p>		

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- La majoria de la fruita, patata, ceba, all, nap, pastanaga, arròs carbassa i llegums són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.





		<p>Dimecres 1 Cigrons estofats</p> <p>Ous durs farcits amb tonyina i amb enciam i olives</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 2 Fideuà</p> <p>Hamburguesa de vedella amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 3 Mongeta verda, patata i pastanaga</p> <p>Rodó de gall dindi amb tomàquet i ceba</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 6 Espaguetis a la bolonyesa</p> <p>Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimarts 7 Arròs negre</p> <p>Fricandó de vedella amb bolets</p> <p>Iogurt de soja</p>	<p>Dimecres 8 Amanida russa</p> <p>Pollastre al forn amb all i llorer i amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 9 Amanida de lleties</p> <p>Trita de patata i ceba amb enciam</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 10 Crema freda de verdura</p> <p>Salsitxes de porc al forn amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 13</p> <p>FESTIU</p>	<p>Dimarts 14 Amanida de pasta (tomàquet, olives i pastanaga)</p> <p>Pollastre arrebossat amb enciam / "Gazpacho" (optatiu)</p> <p>Iogurt de soja</p>	<p>Dimecres 15 Bledes i patata</p> <p>Mandonguilles de vedella amb ceba</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 16 Arròs integral amb tomàquet i ou dur ratllat</p> <p>Cues de rap al forn amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 17 Amanida de cigrons (tonyina, tomàquet i olives)</p> <p>Pit de gall dindi al curri amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 20 Amanida d'arròs (tomàquet, olives negres i pipes)</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimarts 21 Espirals amb tomàquet</p> <p>Llom arrebossat amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimecres 22 Crema de carabassó</p> <p>Plat combinat</p> <p>Iogurt de soja</p>		

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- La majoria de la fruita, patata, ceba, all, nap, pastanaga, arròs carbassa i llegums són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.





		Dimecres 1 Cigrons estofats	Dijous 2 Fideuà	Divendres 3 Mongeta verda, patata i pastanaga
		Ous durs farcits amb tonyina i amb enciam i olives	Gall dindi a la planxa amb enciam i remolatxa	Rodó de gall dindi amb tomàquet i ceba
		Fruita natural	Fruita natural	Fruita natural
Dilluns 6 Espaguetis amb tomàquet	Dimarts 7 Arròs negre	Dimecres 8 Amanida russa	Dijous 9 Amanida de lleties	Divendres 10 Crema freda de verdura
Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga	Llom a la planxa amb enciam	Pollastre al forn amb all i llorer i amb enciam i tomàquet	Trita de patata i ceba amb enciam	Salsitxes de porc al forn amb enciam i pastanaga
Fruita natural	logurt de soja	Fruita natural	Fruita natural	Fruita natural
Dilluns 13 FESTIU	Dimarts 14 Amanida de pasta (tomàquet, olives i pastanaga) Pollastre arrebossat amb enciam / "Gazpacho" (optatiu)	Dimecres 15 Bledes i patata Llom a la planxa amb enciam	Dijous 16 Arròs integral amb tomàquet i ou dur ratllat Cues de rap al forn amb enciam i pastanaga	Divendres 17 Amanida de cigrons (tonyina, tomàquet i olives) Pit de gall dindi al curri amb enciam i tomàquet
	logurt de soja	Fruita natural	Fruita natural	Fruita natural
Dilluns 20 Amanida d'arròs (tomàquet, olives negres i pipes)	Dimarts 21 Espirals amb tomàquet	Dimecres 22 Crema de carabassó		
Bacallà a la llauna	Llom arrebossat amb enciam i tomàquet	Plat combinat		
Fruita natural	Fruita natural	logurt de soja		

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- La majoria de la fruita, patata, ceba, all, nap, pastanaga, arròs carbassa i llegums són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.





ESCOLA ORLANDAI

Sense proteïnes de la llet de vaca i sense ou
(Els arrebossats són sense ou)

		<p>Dimecres 1 Cigrons estofats</p> <p>Lluç al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 2 Fideuà</p> <p>Gall dindi a la planxa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 3 Mongeta verda, patata i pastanaga</p> <p>Rodó de gall dindi amb tomàquet i ceba</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 6 Espaguetis amb tomàquet</p> <p>Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimarts 7 Arròs negre</p> <p>Llom a la planxa amb enciam</p> <p>Iogurt de soja</p>	<p>Dimecres 8 Amanida russa</p> <p>Pollastre al forn amb all i llorer i amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 9 Amanida de lleties</p> <p>Bacallà al forn amb enciam</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 10 Crema freda de verdura</p> <p>Salsitxes de porc al forn amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 13</p> <p>FESTIU</p>	<p>Dimarts 14 Amanida de pasta (tomàquet, olives i pastanaga)</p> <p>Pollastre arrebossat amb enciam / "Gazpacho" (optatiu)</p> <p>Iogurt de soja</p>	<p>Dimecres 15 Bledes i patata</p> <p>Llom a la planxa amb enciam</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dijous 16 Arròs integral amb tomàquet</p> <p>Cues de rap al forn amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Divendres 17 Amanida de cigrons (tonyina, tomàquet i olives)</p> <p>Pit de gall dindi al curri amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>
<p>Dilluns 20 Amanida d'arròs (tomàquet, olives negres i pipes)</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimarts 21 Espirals amb tomàquet</p> <p>Llom arrebossat amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita natural</p>	<p>Dimecres 22 Crema de carabassó</p> <p>Plat combinat</p> <p>Iogurt de soja</p>		

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- La majoria de la fruita, patata, ceba, all, nap, pastanaga, arròs carbassa i llegums són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.

