

**Menú Maig 2013**  
**Escola Orlandai**  
**Menú basal**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		<b>FESTA</b>	Arròs integral amb tomàquet Trita de patates i ceba amb pastanaga ratllada Fruita del temps	Brou d'au amb pasta Llom a la Jardinera Fruita del temps
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
Arròs tres delícies ( truita, pernil dolç i pèsols ) Lluç al forn amb verduretes Fruita del temps	Patata, mongeta i pastanaga Estofat de vedella amb bolets Iogurt natural	Fideus a la cassola Trita de carbassó amb amanida Fruita del temps	Empedrats de cigrons ( tonyina,ceba i pebrots) Sonso fresc a l'andalusa amb amanida Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes de pa Pollastre al forn amb patates fregides Fruita del temps
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	Nord-americà	DIVENDRES 17
Llenties estofades Trita de formatge amb amanida Fruita del temps	Crema de pastanaga Cuscús ECO amb pollastre i verduretes Fruita del temps	Espaguetis a la napolitana Caella enfarinada amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Amanida de patata Llom de porc amb crema de poma al forn Gelat	Arròs negre Hamburguesa de vedella ECO amb panet Fruita del temps
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	Amanida russa Lluç a la romana amb amanida Fruita del temps	Arròs amb verduretes Gazpatxo Botifarra de porc Fruita del temps	Crema de verdures Fricando de vedella amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt natural
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
Arròs blanc amb sofregit de tomàquet Bacallà amb all i llorer al forn Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oliva ecològic Salsitxes de porc amb tomàquet i enciam Iogurt natural	Espaguetis bolonyesa Ous durs amb salsa Aurora , enciam i pastanaga Fruita del temps	Amanida de llenties ( espinacs,ravanest i tomàquet ) Daus arrebossats de gall dindi a la mostassa amb enciam i olives Fruita del temps	Crema de porros freda Canelons de carn gratinats amb tomàquet Fruita del temps

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, arròs, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. Les nostres fruites i verdures de temporada són de proximitat. El sucre integral, la pinya en el seu suc i els iogurts són de comerç just.

Tots els àpats s'acompanyaran amb una ració de pa (blanc o integral segons les preferències i necessitats del centre) i aigua.

Oferirem fruita natural segons temporada: poma, pera, plàtan, taronja i maduixes entre d'altres

# Menú Maig 2013

## Escola Orlandai

### Menú sense proteïna de la vaca ni ou



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		<b>FESTA</b>	Arròs integral amb tomàquet Pit de gall dindi a la planxa amb pastanaga ratllada Fruita del temps	Brou d'au amb pasta Llom a la Jardinera Fruita del temps
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
Arròs tres delícies ( pastanaga, pernil dolç i pèsols ) Lluç al forn amb verduretes Fruita del temps	Patata, mongeta i pastanaga Estofat de gall dindi amb bolets logurt de soja/fruïta del temps	Fideus a la cassola Peix blanc a la planxa amb amanida Fruita del temps	Empedrats de cigrons ( tonyina,ceba i pebrots) Sonso fresc a l'andalusa amb amanida Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes de pa Pollastre al forn amb patates fregides Fruita del temps
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	Nord-americà	DIVENDRES 17
Llenties estofades Peix blanc a la planxa amb amanida Fruita del temps	Crema de pastanaga Cuscús ECO amb pollastre i verduretes Fruita del temps	Espaguetis a la napolitana Caella enfarinada amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Amanida de patata Llom de porc amb crema de poma al forn logurt de soja/fruïta del temps	Arròs negre Pit de pollastre a la planxa amb panet Fruita del temps
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	Amanida russa Lluç a la romana amb amanida Fruita del temps	Arròs amb verduretes Gazpatxo Botifarra de porc Fruita del temps	Crema de verdures Fricando de pollastre amb amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja/fruïta del temps
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
Arròs blanc amb sofregit de tomàquet Bacallà amb all i llozer al forn Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oliva ecològic Salsitxes de porc amb tomàquet i enciam logurt de soja/fruïta del temps	Espaguetis amb salsa verda Pit de pollastre amb salsa de tomàquet , enciam i pastanaga Fruita del temps	Amanida de llenties ( espinacs,ravanest i tomàquet ) Daus arrebossats de gall dindi a la mostassa amb enciam i olives Fruita del temps	Crema de porros freda Peix blanc a la planxa amb tomàquet amanit Fruita del temps

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, arròs, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. Les nostres fruites i verdures de temporada són de proximitat. El sucre integral, la pinya en el seu suc i els iogurts són de comerç just.

Tots els àpats s'acompanyaran amb una ració de pa (blanc o integral segons les preferències i necessitats del centre) i aigua. Oferirem fruita natural segons temporada: poma, pera, plàtan, taronja i maduixes entre d'altres

**Menú Maig 2013**  
**Escola Orlandai**  
**Menú sense lactosa**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		<b>FESTA</b>	Arròs integral amb tomàquet  Trita de patates i ceba amb pastanaga ratllada  Fruita del temps	Brou d'au amb pasta  Llom a la Jardinera  Fruita del temps
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
Arròs tres delícies ( truita, pernil dolç i pèsols )  Lluç al forn amb verduretes  Fruita del temps	Patata, mongeta i pastanaga  Estofat de vedella amb bolets  logurt de soja/fruïta natural	Fideus a la cassola  Trita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	Empedrats de cigrons ( tonyina,ceba i pebrots)  Sonso fresc a l'andalusa amb amanida  Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes de pa  Pollastre al forn amb patates fregides  logurt natural
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	Nord-americà	DIVENDRES 17
Llenties estofades  Trita de tonyina amb amanida  Fruita del temps	Crema de pastanaga  Cuscús ECO amb pollastre i verduretes  Fruita del temps	Espaguetis a la napolitana  Caella enfarinada amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	Amanida de patata  Llom de porc amb crema de poma al forn  logurt de soja/fruïta natural	Arròs negre  Hamburguesa de vedella ECO amb panet  Fruita del temps
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	Amanida russa  Lluç a la romana amb amanida  Fruita del temps	Arròs amb verduretes Gazpatxo  Botifarra de porc  Fruita del temps	Crema de verdures  Fricando de vedella amb amanida d'enciam i pastanaga  logurt de soja/fruïta natural
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
Arròs blanc amb sofregit de tomàquet  Bacallà amb all i llorer al forn  Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oliva ecològic  Salsitxes de porc amb tomàquet i enciam  logurt de soja/fruïta natural	Espaguetis bolonyesa  Ous durs amb salsa de tomàquet , enciam i pastanaga  Fruita del temps	Amanida de llenties ( espinacs,ravanest i tomàquet )  Daus arrebossats de gall dindi a la mostassa amb enciam i olives  Fruita del temps	Crema de porros freda  Bistec de vedella a la planxa amb tomàquet amanit  Fruita del temps

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, arròs, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. Les nostres fruites i verdures de temporada són de proximitat. El sucre integral, la pinya en el seu suc i els iogurts són de comerç just.

Tots els àpats s'acompanyaran amb una ració de pa (blanc o integral segons les preferències i necessitats del centre) i aigua.

Oferirem fruita natural segons temporada: poma, pera, plàtan, taronja i maduixes entre d'altres

**Menú Maig 2013**  
**Escola Orlandai**  
**Menú sense gluten**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		<b>FESTA</b>	Arròs integral amb tomàquet  Trita de patates i ceba amb pastanaga ratllada  Fruita del temps	Brou d'au amb pasta  Llom a la Jardinera  Fruita del temps
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
Arròs tres delícies ( truita, pernil dolç i pèsols )  Lluç al forn amb verduretes  Fruita del temps	Patata, mongeta i pastanaga  Estofat de vedella amb bolets  Iogurt natural	Fideus a la cassola  Trita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	Empedrats de cigrons ( tonyina,ceba i pebrots)  Sonso fresc a l'andalusa amb amanida  Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes de pa  Pollastre al forn amb patates fregides  Fruita del temps
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	Nord-americà	DIVENDRES 17
Llenties estofades  Trita de formatge amb amanida  Fruita del temps	Crema de pastanaga  Arròs integral amb pollastre i verduretes  Fruita del temps	Espaguetis a la napolitana  Caella enfarinada amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	Amanida de patata  Llom de porc amb crema de poma al forn  Gelat	Arròs negre  Hamburguesa de vedella ECO amb panet  Fruita del temps
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	Amanida russa  Lluç a la romana amb amanida  Fruita del temps	Arròs amb verduretes Gazpatxo  Botifarra de porc  Fruita del temps	Crema de verdures  Fricando de vedella amb amanida d'enciam i pastanaga  Iogurt natural
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
Arròs blanc amb sofregit de tomàquet  Bacallà amb all i llorer al forn  Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oliva ecològic  Salsitxes de porc amb tomàquet i enciam  Iogurt natural	Espaguetis bolonyesa  Ous durs amb salsa Aurora , enciam i pastanaga  Fruita del temps	Amanida de llenties ( espinacs,ravanest i tomàquet )  Daus arrebossats de gall dindi a la mostassa amb enciam i olives  Fruita del temps	Crema de porros freda  Bistec de vedella a la planxa amb tomàquet amanit  Fruita del temps

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, arròs, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. Les nostres fruites i verdures de temporada són de proximitat. El sucre integral, la pinya en el seu suc i els iogurts són de comerç just.

Tots els àpats s'acompanyaran amb una ració de pa (blanc o integral segons les preferències i necessitats del centre) i aigua.

Oferirem fruita natural segons temporada: poma, pera, plàtan, taronja i maduixes entre d'altres

# Menú Maig 2013

## Escola Orlandai

### Menú sense proteïna de la vaca



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		<b>FESTA</b>	Arròs integral amb tomàquet Trita de patates i ceba amb pastanaga ratllada Fruita del temps	Brou d'au amb pasta Llom a la Jardinera Fruita del temps
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
Arròs tres delícies ( truita, pernil dolç i pèsols ) Lluç al forn amb verduretes Fruita del temps	Patata, mongeta i pastanaga Estofat de gall dindi amb bolets logurt de soja/fruita del temps	Fideus a la cassola Trita de carbassó amb amanida Fruita del temps	Empedrats de cigrons ( tonyina,ceba i pebrots) Sonso fresc a l'andalusa amb amanida Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes de pa Pollastre al forn amb patates fregides Fruita del temps
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	Nord-americà	DIVENDRES 17
Llenties estofades Trita de tonyina amb amanida Fruita del temps	Crema de pastanaga Cuscús ECO amb pollastre i verduretes Fruita del temps	Espaguetis a la napolitana Caella enfarinada amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Amanida de patata Llom de porc amb crema de poma al forn logurt de soja/fruita del temps	Arròs negre Pit de pollastre a la planxa amb panet Fruita del temps
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	Amanida russa Lluç a la romana amb amanida Fruita del temps	Arrós amb verduretes Gazpatxo Botifarra de porc Fruita del temps	Crema de verdures Fricando de pollastre amb amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja/fruita del temps
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
Arròs blanc amb sofregit de tomàquet Bacallà amb all i llozer al forn Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oliva ecològic Salsitxes de porc amb tomàquet i enciam logurt de soja/fruita del temps	Espaguetis amb salsa verda Ous durs amb salsa de tomàquet , enciam i pastanaga Fruita del temps	Amanida de llenties ( espinacs,ravanest i tomàquet ) Daus arrebossats de gall dindi a la mostassa amb enciam i olives Fruita del temps	Crema de porros freda Peix blanc a la planxa amb tomàquet amanit Fruita del temps

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, arròs, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. Les nostres fruites i verdures de temporada són de proximitat. El sucre integral, la pinya en el seu suc i els iogurts són de comerç just.

Tots els àpats s'acompanyaran amb una ració de pa (blanc o integral segons les preferències i necessitats del centre) i aigua. Oferirem fruita natural segons temporada: poma, pera, plàtan, taronja i maduixes entre d'altres