



ESCOLA  
ORLANDAI

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
| <p><b>Dilluns 3</b><br/>Arròs tres delícies (pèsols, truita i pernil cuit)<br/>Calamars arrebossats amb enciam, tomàquet i pastanaga<br/><br/>Fruita natural</p> | <p><b>Dimarts 4</b><br/>Bledes i patata<br/><br/>Botifarra de porc amb enciam i tomàquet<br/><br/>Iogurt natural</p>                            | <p><b>Dimecres 5</b><br/>Crema de pastanaga<br/><br/>Pollastre al forn amb poma<br/><br/>Fruita natural</p>                       | <p><b>Dijous 6</b><br/>Lenties amb arròs<br/><br/>Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet<br/><br/>Fruita natural</p>           | <p><b>Divendres 7</b><br/>DINAR DE FESTA MAJOR<br/>Amanida variada<br/><br/>Canelons de carn gratinats<br/><br/>Gelats</p>                |
| <p><b>Dilluns 10</b><br/>Arròs integral amb verdures<br/><br/>Filet de lluç al forn amb ceba<br/><br/>Fruita natural</p>   | <p><b>Dimarts 11</b><br/>Mongeta verda, patata i pastanaga<br/><br/>Daus de gall dindi estofats amb tomàquet i ceba<br/><br/>Iogurt natural</p> | <p><b>Dimecres 12</b><br/><br/><b>FESTIU</b></p>  | <p><b>Dijous 13</b><br/>Crema de carbassó<br/><br/>Cuscús amb cigrons i pollastre<br/><br/>Fruita natural</p>                           | <p><b>Divendres 14</b><br/>Macarrons a la bolonyesa<br/><br/>Caella arrebossada amb enciam i olives<br/><br/>Fruita natural</p>           |
| <p><b>Dilluns 17</b><br/>Espaguetis a la carbonara<br/><br/>Bacallà amb tomàquet<br/><br/>Fruita natural</p>   | <p><b>Dimarts 18</b><br/>Amanida russa<br/><br/>Mandonguilles de vedella amb suquet<br/><br/>Iogurt natural</p>                                 | <p><b>Dimecres 19</b><br/>Arròs amb verdures<br/><br/>Pit de pollastre arrebossat amb enciam i olives<br/><br/>Fruita natural</p> | <p><b>Dijous 20</b><br/>Lenties estofades<br/><br/>Truita de patata i ceba amb enciam, tomàquet i remolatxa<br/><br/>Fruita natural</p> | <p><b>Divendres 21</b><br/>Crema de carbassa<br/><br/>Llom de porc rostit<br/><br/>Fruita natural</p>                                     |
| <p><b>Dilluns 24</b><br/>Macarrons amb salsa carusso (pernil cuit i xampinyons)<br/>Lluç al forn amb enciam i olives<br/><br/>Fruita natural</p>                 | <p><b>Dimarts 25</b><br/>Bròcoli i patata<br/><br/>Hamburguesa de vedella amb ceba<br/><br/>Iogurt natural</p>                                  | <p><b>Dimecres 26</b><br/>Arròs amb tomàquet<br/><br/>Truita campesina amb enciam i pastanaga<br/><br/>Fruita natural</p>         | <p><b>Dijous 27</b><br/>Cigrons estofats<br/><br/>Sonso fresc arrebossat amb enciam i tomàquet<br/><br/>Fruita natural</p>              | <p><b>Divendres 28</b><br/>Brou d'au i verdures amb pasta<br/><br/>Pollastre al forn a la llimona amb patates<br/><br/>Fruita natural</p> |
| <p><b>Dilluns 31</b><br/><br/><b>FESTIU</b></p>  |   |   |   |   |

**Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:**

- Els llegums, pasta, farina, patata, ceba, nap, pastanaga, arròs, carbassa, enciam, fruita seca, oli d'oliva verge, compotes i la majoria de fruita 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.

