

Menú Octubre 2013

Escola Orlandai

Menú basal

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
	Amanida de patata	Llenties estofades	Crema de verdures	Arròs tres delícies (pèsols, truita i pernil dolç)
	Hamburguesa de vedella amb amanida	Truita de formatge amb amanida i pastanaga	Llom de porc rostit amb xampinyons	Pollastre arrebossat amb amanida
	logurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	FESTA MAYOR
Macarrons a la bolonyesa ecològica	Arròs integral amb verdures	Bledes amb patates	Cigrons estofats amb verdures	Sopa de tomàquet
Lluç al forn amb pastanaga ratllada	Truita de pernil dolç amb amanida verda (enciam i tomàquet)	Pollastre al forn amb amanida	Calamars a la romana amb amanida	Canelons de carn
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Gelat
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
Llenties estofades amb verdures	Mongeta tendra i patata	Espaguetis amb alfàbrega, tomàquet i olives negres	Crema de carbassa amb rostes	Rissoto de xampinyons (xampinyons i formatge)
Ous durs amb tonyina i sofregit de tomàquet amb amanida verda (enciam, tomàquet)	Botifarra de porc al forn amb enciam i pastanaga ratllada	Lluç al forn amb enciam i pastanaga ratllada	Estofat de gall dindi amb cuscús	Sonso fresc a l'andalusa amb amanida verda
Fruita del temps	logurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOURS 24	DIVENDRES 25
Arròs negre	Brou d'au amb pasta	Cigrons estofats amb verdures	Trinxat de col i patata	Espirals al pesto suau
Remenat d'ou amb xampinyons i porros	Llom de porc rostit amb patates fregides	Tires de lluç amb enciam i col lombarda	Pollastre al forn a la llimona amb enciam	Bacallà al forn amb enciam i tomàquet
Fruita del temps	logurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOURS 31	
Arròs integral amb tomàquet	Mongeta estofada amb verdura	Fideus a la cassola	Brocoli i patata	
Ous durs gratinats amb salsa Aurora, amanida d'escarola	Salsitxes de porc al forn amb enciam i remolatxa	Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Fricandó de vedella	
Fruita del temps	logurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. El sucre integral 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 Octubre 2013

Escola Orlandai

Menú SENSE LACTOSA

(les nostres salses, arrebossats i cremes no porten lactosa)

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	Amanida de patata Hamburguesa de vedella amb amanida Postres de soja	Llenties estofades Truita de pernil dolç amb amanida i pastanaga Fruita del temps	Crema de verdures Llom de porc rostit amb xampinyons Fruita del temps	Arròs tres delícies (pèsols, truita i pernil dolç) Pollastre arrebossat amb amanida Fruita del temps
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	FESTA MAYOR
Macarrons a la bolonyesa ecològica Lluç al forn amb pastanaga ratllada Fruita del temps	Arròs integral amb verdures Truita de pernil dolç amb amanida verda (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Bledes amb patates Pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	Cigrons estofats amb verdures Calamars a la romana amb amanida Fruita del temps	Sopa de tomàquet Pit de gall dindi a la planxa amb amanida Postres de soja
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Llenties estofades amb verdures Ous durs amb tonyina i sofregit de tomàquet amb amanida verda (enciam, tomàquet) Fruita del temps	Mongeta tendra i patata Botifarra de porc al forn amb enciam i pastanaga ratllada Postres de soja	Espaguetis amb alfàbrega, tomàquet i olives negres Lluç al forn amb enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes Estofat de gall dindi amb cuscús Fruita del temps	Arròs amb xampinyons Sonso fresc a l'andalusa amb amanida verda Fruita del temps
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Arròs amb verdures Remenat d'ou amb xampinyons i porros Fruita del temps	Brou d'au amb pasta Llom de porc rostit amb patates fregides Postres de soja	Cigrons estofats amb verdures Tires de lluç amb enciam i col lombarda Fruita del temps	Trinxat de col i patata Pollastre al forn a la llimona amb enciam Fruita del temps	Espirals napolitana Bacallà al forn amb enciam i tomàquet Fruita del temps
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
Arròs integral amb tomàquet Ous durs amb sofregit de tomàquet, amanida d'escarola Fruita del temps	Mongeta estofada amb verdura Salsitxes de porc al forn amb enciam i remolatxa Postres de soja	Fideus a la cassola Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Brocoli i patata Fricandó de vedella Fruita del temps	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. El sucre integral 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 Octubre 2013

Escola Orlandai

Menú SENSE PROTEÏNA DE LA VACA

(les nostres salses, arrebossats i cremes no porten proteïna de la vaca)



	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
	Amanida de patata Pit de gall dindi a la planxa amb amanida Postres de soja	Lenties estofades Truita de pernil dolç amb amanida i pastanaga Fruita del temps	Crema de verdures Llom de porc rostit amb xampinyons Fruita del temps	Arròs tres delícies (pèsols, truita i pernil dolç) Pollastre arrebossat amb amanida Fruita del temps
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	FESTA MAYOR
Macarrons a la napolitana Lluç al forn amb pastanaga ratllada Fruita del temps	Arròs integral amb verdures Truita de pernil dolç amb amanida verda (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Bledes amb patates Pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	Cigrons estofats amb verdures Calamars a la romana amb amanida Fruita del temps	Sopa de tomàquet Pit de gall dindi a la planxa amb amanida Postres de soja
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
Llenties estofades amb verdures Ous durs amb tonyina i sofregit de tomàquet amb amanida verda (enciam, tomàquet) Fruita del temps	Mongeta tendra i patata Botifarra de porc al forn amb enciam i pastanaga ratllada Postres de soja	Espaguetis amb alfàbrega, tomàquet i olives negres Lluç al forn amb enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes Estofat de gall dindi amb cuscús Fruita del temps	Arròs amb xampinyons Sonso fresc a l'andalusa amb amanida verda Fruita del temps
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOURS 24	DIVENDRES 25
Arròs amb verdures Remenat d'ou amb xampinyons i porros Fruita del temps	Brou d'au amb pasta Llom de porc rostit amb patates fregides Postres de soja	Cigrons estofats amb verdures Tires de lluç amb enciam i col lombarda Fruita del temps	Trinxat de col i patata Pollastre al forn a la llimona amb enciam Fruita del temps	Espirals napolitana Bacallà al forn amb enciam i tomàquet Fruita del temps
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOURS 31	
Arròs integral amb tomàquet Ous durs amb sofregit de tomàquet, amanida d'escarola Fruita del temps	Mongeta estofada amb verdura Salsitxes de porc al forn amb enciam i remolatxa Postres de soja	Fideus a la cassola Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Brocoli i patata Peix blanc a la planxa amb amanida Fruita del temps	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. El sucre integral 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 Octubre 2013

Escola Orlandai

Menú SENSE PROTEÏNA DE LA VACA NI OU

(les nostres salses, arrebossats i cremes no porten proteïna de la vaca)

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
	Amanida de patata Pit de gall dindi a la planxa amb amanida Postres de soja	Lenties estofades Peix blanc a la planxa amb amanida i pastanaga Fruita del temps	Crema de verdures Llom de porc rostit amb xampinyons Fruita del temps	Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga i pernil dolç) Pollastre arrebossat amb amanida Fruita del temps
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	FESTA MAYOR
Macarrons a la napolitana Lluç al forn amb pastanaga ratllada Fruita del temps	Arròs integral amb verdures Llom de porc a la planxa amb amanida verda (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Bledes amb patates Pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	Cigrons estofats amb verdures Peix blanc a la planxa amb amanida Fruita del temps	Sopa de tomàquet Pit de gall dindi a la planxa amb amanida Postres de soja
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
Llenties estofades amb verdures Pit de pollastre amb amanida verda (enciam, tomàquet) Fruita del temps	Mongeta tendra i patata Botifarra de porc al forn amb enciam i pastanaga ratllada Postres de soja	Espaguetis amb alfàbrega, tomàquet i olives negres Lluç al forn amb enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes Estofat de gall dindi amb cuscús Fruita del temps	Arròs amb xampinyons Sonso fresc amb amanida verda Fruita del temps
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOURS 24	DIVENDRES 25
Arròs amb verdures Gall dindi a la planxa amb xampinyons i porros Fruita del temps	Brou d'au amb pasta Llom de porc rostit amb patates fregides Postres de soja	Cigrons estofats amb verdures Tires de lluç amb enciam i col lombarda Fruita del temps	Trinxat de col i patata Pollastre al forn a la llimona amb enciam Fruita del temps	Espirals napolitana Bacallà al forn amb enciam i tomàquet Fruita del temps
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOURS 31	
Arròs integral amb tomàquet Pollastre a la planxa amb amanida d'escarola Fruita del temps	Mongeta estofada amb verdura Salsitxes de porc al forn amb enciam i remolatxa Postres de soja	Fideus a la cassola Pit de gall dindi amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Brocoli i patata Peix blanc a la planxa amb amanida Fruita del temps	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. El sucre integral 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 Octubre 2013

Escola Orlandai

Menú SENSE GLUTEN

(les nostres salses, arrebossats i cremes no porten gluten)



	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	Amanida de patata Hamburguesa de vedella amb amanida iogurt natural	Lenties estofades Truita de formatge amb amanida i pastanaga Fruita del temps	Crema de verdures Llom de porc rostit amb xampinyons Fruita del temps	Arròs tres delícies (pèsols, truita i pernil dolç) Pollastre arrebossat amb amanida Fruita del temps
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	FESTA MAYOR
Macarrons a la bolonyesa ecològica Lluç al forn amb pastanaga ratllada Fruita del temps	Arròs integral amb verdures Truita de pernil dolç amb amanida verda (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Bledes amb patates Pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	Cigrons estofats amb verdures Calamars a la romana amb amanida Fruita del temps	Sopa de tomàquet Pit de gall dindi a la planxa amb amanida Fruita del temps
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Llenties estofades amb verdures Ous durs amb tonyina i sofregit de tomàquet amb amanida verda (enciam, tomàquet) Fruita del temps	Mongeta tendra i patata Botifarra de porc al forn amb enciam i pastanaga ratllada iogurt natural	Espaguetis amb alfàbrega, tomàquet i olives negres Lluç al forn amb enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps	Crema de carbassa amb rostes Estofat de gall dindi amb arròs Fruita del temps	Rissoto de xampinyons (xampinyons i formatge) Sonso fresc a l'andalusa amb amanida verda Fruita del temps
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Arròs amb verdures Remenat d'ou amb xampinyons i porros Fruita del temps	Brou d'au amb pasta Llom de porc rostit amb patates fregides iogurt natural	Cigrons estofats amb verdures Tires de lluç amb enciam i col lombarda Fruita del temps	Trinxat de col i patata Pollastre al forn a la llimona amb enciam Fruita del temps	Espirals al pesto suau Bacallà al forn amb enciam i tomàquet Fruita del temps
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
Arròs integral amb tomàquet Ous durs gratinats amb salsa Aurora, amanida d'escarola Fruita del temps	Mongeta estofada amb verdura Salsitxes de porc al forn amb enciam i remolatxa iogurt natural	Fideus a la cassola Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Brocoli i patata Fricandó de vedella Fruita del temps	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

Els llegums, pasta, cuscús i oli d'oliva verge extra són de producció ecològica. El sucre integral 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