



ESCOLA MARÉ DE DÉU DE L'ASSUMPCIÓ BASAL ECOLÒGIC



Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
DILLUNS DE PASQUA Crema de carbassa amb pipes de girasol Llenguado a la planxa amb patata al forn Logurt	Pasta ecològica amb tomàquet i tonyina Croquetes de pollastre amb verdures saltades Fruita del temps Crema de carbassa amb pipes de girasol Llenguado a la planxa amb patata al forn Logurt	Cigrons ecològics estofats amb verdures (porro i carbassa) Truita de formatge amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) logurt Amanida d'arròs amb alvocat i tonyina Pollastre al forn amb espàrrecs verds Plàtan banyat amb xocolata	Arròs ecològic 3 delícies (pèsols, pastanaga i pernil dolç) Salsitxes de porc amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps ecològica Wok de fideus, verdures i soja Truita francesa amb xips de patata logurt amb fruites del bosc	Crema de carbassó amb crostons Peix fresc segons mercat en salsa verda i amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps Amanida completa amb fruits secs Panini de pernil dolç i formatge logurt
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
Llenties ecològiques estofades amb magra Truita de carbassó amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps Sopa de fideus Costelles de xai a la planxa amb patates al forn Quèfir	Bròcoli amb patata Cuixa de pollastre rostit amb cuscús saltat Fruita del temps Crema de verdures Rap amb sofregit de tomàquet i ceba logurt	Mongetes blanques ecològiques amb hortalisses (porro i carbassa) Calamars a la romana i amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt Wrap vegetal amb amanida, ou dur, tonyina i maionesa Maduixes amb nata	Macarrons ecològics a la bolonyesa (carn picada de porc i vedella, tomàquet i formatge) Bacallà al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica Sopa de brou Truita de pernil dolç amb tomàquet logurt amb anous	Sopa de peix amb arròs ecològic Goulash de vedella amb patata i pastanaga Fruita del temps Crema de carbassa Focaccia d'anxoves, olives i formatge logurt
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata) Pizza de pernil dolç i formatge amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps Amanida amb tonyina i pipes de girasol Seitons a l'andalusa amb tomàquet logurt	Cigrons ecològics estofats amb xoriço Truita de patata i ceba amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps Sopa de fideus Broquetes de porc amb verdures Quèfir	Paella ecològica de verdures (mongeta verda, pastanaga i pebro) Contracuíxa de pollastre a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps Crema de porros i patata Lluç al forn amb albergínia arrebossada logurt amb ametlles	Crema de mongetes blanques ecològiques i carbassa Sorrell a l'allet amb arròs verd (ceba i julivert) Fruita del temps ecològica Cuscús amb verdures Croquetes de pollastre amb amanida Poma al forn	JORNADA DE SANT JORDI Pasta ecològica a la carbonara (crema de llet, bacó i formatge) Costella de porc amb salsa barbacoa i patates fregides Pastis de Sant Jordi
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Llenties ecològiques amb verdures (carbassó i pastanaga) Truita de tonyina amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps Espaguetis de carbassó amb tomàquet i formatge ratllat Hamburguesa de salmó amb patates Quèfir	Sopa de fideus ecològics Cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps ecològica Coliflor amb beixamel Truita de formatge amb verdures saltades logurt	Mongeta tendra amb patata Mandonguilles a la jardineria (pèsols i pastanaga) logurt Crema de tomàquet Bunyols de bacallà amb amanida Macedònia de fruita	Arròs ecològic a la cubana (tomàquet i ou dur) Estofat de gall dindi amb xampinyons Fruita del temps Amanida d'espinacs, formatge de cabra i anous Pollastre al curri amb quinoa logurt amb fruites del bosc	Cigrons ecològics guisats amb espinacs Peix fresc segons mercat fregit amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps Sopa de peix Pizza quatre estacions amb orenga logurt amb fruits vermells

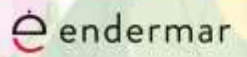
"ROSES, LLIBRES I AMANTS."

L'origen d'aquesta celebració és la famosa llegenda de Sant Jordi i del Drac. Un príncep valent, una bonica princesa en dificultats, una lluita contra una bèstia aterridora i un final feliç amb una rosa enamorada.

La diada de Sant Jordi és una celebració on es troben cultura i romanç. Es regalen llibres i flors. Per aquest motiu, també es coneix com el patró dels enamorats a Catalunya.

Aquest dia tindrem pastis de Sant Jordi. La recepta és un pa de pessic, mousse de nata, xocolata i crema, que podem decorar com vulguem.

Que tinguis una bona diada!!!



Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar
 Empresa certificada ISO 9001 - 14001 - 22000
 * Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g - Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g - Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g - Quarta setmana 595 kcal, HC 68g, Lip. 19g, Prot. 38g. - Cinquena setmana 612 kcal, HC 71g, Lip. 20g, Prot. 37g. Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g - Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g - Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g - Quarta setmana 739 kcal, HC 77.8g, Lip. 28g, Prot. 43.9g. - Cinquena setmana 778 kcal, HC 82.4g, Lip. 28.7g, Prot. 47.6g.