

endermar



MAIG
2022

“PROXIMITAT”

Les fruites i verdures de temporada es cultiven a prop d'on vivim i així conserven el seu estat òptim de maduració, aroma, sabor i textura.

A més, els mercats de fruites i hortalisses s'han convertit en un jardí acolorit.

La temporada de flors dona pas a una gran quantitat de fruites d'estiu: maduixes, albercocs, cireres, préssecs, etc.

Omple els teus plats de colors per tenir un cos fort!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p>(*) Macarrons sense ou al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)</p> <p>(*) Pollastre arrebossat sense ou amb amanida (enciam i pastanaga)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>3</p> <p>Cigrons ECO estofats amb verdures (porro i pastanaga)</p> <p>(*) Llom al forn amb amanida (enciam i tomàquet)</p> <p>Fruita del temps i pa integral</p>	<p>4</p> <p>Mongeta verda amb patata</p> <p>(*) Hamburguesa mixta (sense ou) amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro)</p> <p>logurt sostenible natural sense sucre</p>	<p>5</p> <p>Peix fresc segons mercat en salsa verda amb pèsols</p> <p>Fruita del temps ecològica</p>	<p>6</p> <p>(*) Amanida alemanya (patata, frankfurt, olives i ceba) (sense maïonesa)</p> <p>(*) Pernilets de pollastre amb salsa barbacoa i arròs</p> <p>Fruita del temps</p>
<p>9</p> <p>Llenties ECO estofades amb magra</p> <p>(*) Lluç a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)</p> <p>Fruita del temps ecològica</p>	<p>10</p> <p>(*) Pasta sense ou amb tomàquet i tonyina</p> <p>Estofat de vedella amb verdures i patata</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>11</p> <p>FESTIU</p>		<p>12</p> <p>Arròs ECO 3 delícies (pèsols, pernil dolç i pastanaga)</p> <p>Tonyina amb salsa de tomàquet i ceba</p> <p>Fruita del temps i pa integral</p>
<p>16</p> <p>(*) Amanida de pasta sense ou (blat de moro i olives) (sense ou dur)</p> <p>(*) Lluç arrebossat sense ou amb amanida (enciam i pastanaga)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Llenties ECO estofades amb arròs</p> <p>(*) Gall d'indi saltat amb amanida (enciam, blat de moro i tomàquet)</p> <p>Fruita del temps ecològica</p>	<p>18</p> <p>(*) Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta verda, pèsols i tonyina) (sense maïonesa)</p> <p>Pernilets de pollastre al xilindró (ceba, tomàquet i pebrot vermell)</p> <p>logurt sostenible natural sense sucre</p>	<p>19</p> <p>(*) Arròs integral amb tomàquet</p> <p>Peix fresc segons mercat al forn amb allada i amanida (enciam, pastanaga i olives)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>20</p> <p>Bròcoli amb pastanaga i patata a l'all</p> <p>Cap de llom en salsa de verdures i patates fregides</p> <p>Fruita del temps i pa integral</p>
<p>23</p> <p>Empedrat de mongetes blanques ECO (tonyina, tomàquet i pebrot verd)</p> <p>(*) Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives verdes)</p> <p>Fruita del temps i pa integral</p>	<p>24</p> <p>Fals trinxat de bleada amb patata</p> <p>Botifarra de pagès a la planxa amb albergínia i carbassó</p> <p>Fruita del temps ecològica</p>	<p>25</p> <p>(*) Cigrons ECO amb tomàquet i ceba</p> <p>Cuixa de pollastre al romaní amb amanida (enciam, blat de moro i tomàquet)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>26</p> <p>JORNADA GASTRONÒMICA ITALIANA</p> <p>(*) Espaguetis sense ou amb tomàquet i bacó</p> <p>Pizza prosciutto (pernil i formatge)</p> <p>Gelato de vainilla i xocolata</p>	
<p>30</p> <p>Llenties ECO estofades amb hortalisses (porro i pastanaga)</p> <p>(*) Peix al forn amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol)</p> <p>Fruita del temps i pa integral</p>	<p>31</p> <p>MENÚ FESTIU MARE CÀNDIDA</p> <p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>(*) Llom arrebossat sense ou amb xips</p> <p>Gelat i refresc</p>			

ESCOLA MARE DE DÉU DE L'ASSUMPCIÓ SENSE OU

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós