

# MENU ESCOLES TERRASSA GENER 2018

## Dieta basal



	DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOURS 11	DIVENDRES 12
Primer plat	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Sopa de peix amb pasta	Mongeta tendra i patata	Cigrons amb espinacs i carbassa	Fideus a la cassola (verduretets)
Segon plat	Truita de pernil dolç i formatge	Hamburguesa de vedella	Lluç arrebossat	Bistec de pollastre	Salmó a la planxa
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Patates fregides	Varietat d'enciam	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, blat de moro i soja
Postres	Pinya en el seu suc	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOURS 18	DIVENDRES 19
Primer plat	Crema de pastanaga	Mongetes estofades (sofregit verduretets)	Espirals amb salsa napolitana	Arròs amb xampinyons	Minestra de verdures (Coliflor, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)
Segon plat	Canelons gratinats	Filet de gallineta al forn	Bistec de pollastre al forn	Bacallà al forn	Truita de patata i ceba
Guarnició	Formatge ratllat	amb llit de ceba	Enciam, tomàquet i blat de moro	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, pastanaga i cogombre
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps

	DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOURS 25	DIVENDRES 26
Primer plat	Llenties guisades (sofregit verduretets)	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Sopa de brou amb pasta	Macarrons a la carbonara (bacó, formatge parmesà, ou, beixamel)
Segon plat	Croquetes de rostit	Estofat de vedella	Filet de nero al forn	Truita de patata i carbassó	Lluç amb salsa de taronja
Guarnició	Enciam, remolatxa i blat de moro	Xampinyons	Enciam, pastanaga i soja	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, cogombre i olives
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31
Primer plat	Espaguetis amb salsa de tomàquet	Cigrons guisats amb xoriç	Arròs integral amb xanfaina (ceba, pebrot, carbassó i tomàquet)
Segon plat	Limanda al forn amb salsa verda	Salsitxes d'au a la planxa	Truita de patata i ceba
Guarnició	Pèsols	Enciam, tomàquet i blat de moro	Tomàquet amanit
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps



\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

## ESCOLES TERRASSA GENER 2018

### ELS PRODUCTES ECOLÒGICS Ó DE PROXIMITAT D'AQUEST MES SÓN:

ECOLÒGICS:



COGOMBRE



CREMA DE PASTANAGA



TARONJA



DE PROXIMITAT:



PERA



PORROS



POMA



PATATES



CEBA



API



"D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren".

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.