



MENÚS MENJADOR



OCTUBRE

A C G	2 Llaços carbonara Truita amb pernil i amanida Plàtan	G	3 Bledes amb patates Llom amb salsa Iogurt	D	4 Llenties guisades Peix del mercat Nectarina	A	5 Macarrons amb tomàquet Pollastre a la planxa amb amanida Pera	A D	6 Arròs saltejat Lluç amb salsa verda Macedònia
G	9 Cigrons amb espinacs Salsitxes al forn amb amanida Plàtan	A D	10 Espaguetis bolonyesa Verat amb verdures al forn Pera	C G	11 Crema de carbassa Truita de patata i ceba amb amanida Mandarina				
	16 Patata i mongeta Cuixes de pollastre amb xips Poma	G D I A C	17 Sopa de peix Llibrets de llom amb amanida Raïm	A D	18 Arròs amb llenties Mandonguilles de peix Pera	A C H G F	19 Pasta al pesto Ous farcits Magrana	C L F A G	20 Crema de verdures Albergínia farcida de carn Iogurt
H L A F	23 Amanida completa (amb fruits secs) Macarrons bolonyesa Mandarina	D	24 Pèsols saltejats amb bacó Sèpia amb patates Magrana	G A L C	25 Crema tèbia de porro amb crostons Panets de la Sra. Maria i amanida / Raïm		26 AKELES	A G L F	27 Pastís d'espinacs Hamburguesa de vedella amb pastanaga ratllada Plàtan
A D C	30 Minestra Lluç arrebossat amb enciam i olives Pera		31 Sopa de brou Truita de carbassó amb amanida Poma			A G	2 Fideus a la cassola Pollastre a la crema Magrana	D B	3 Amanida Variada Paella Mandarina

La cuina es reserva el dret de modificar els menús si, per causa aliena a la seva voluntat, convingués.

LLISTA DE PRODUCTES QUE PODEN OCASIONAR AL·LÈRGIES (AL·LÈRGENS)

A-Cereals que contenen gluten (és a dir, blat civada, ordi, espelta o qualsevol dels seus derivats híbrids) i productes derivats.	H-Fruits secs: ametlles, avellanes, nous, nous de macadàmia, panses, castanyes, pinyons...
B-Crustacis i productes fets a base de crustacis.	I-Api
C-Ous i productes a base d'ous.	J-Mostassa
D-Peixes i productes fets a base de peix.	K-Grans de sèsam
E-Cacauets i productes fets de cacauets.	L-Diòxid de sofre/sulfit
F-Soja i productes a base de soja.	M-Mol·luscs
G-Llet i tots els seus derivats (inclosa la lactosa)	N-Tramussos

El 75% de la verdura és de KM0 i ecològica

El 60 % Peix és fresc

www.escolamowgli.cat





MENÚS MENJADOR



OCTUBRE Llar d'Infants

A C G	2 Llaços carbonara Truita amb pernil Plàtan	G	3 Bledes amb patates Pit de pollastre amb salsa Iogurt	D	4 Llenties guisades Peix del mercat Nectarina	A	5 Macarrons amb tomàquet Pollastre a la planxa Pera	A D	6 Arròs saltejat Lluç amb salsa verda Macedònia
L	9 Cigrons amb espinacs Salsitxes al forn Plàtan	A D L F	10 Espaguetis bolonyesa Verat amb verdures al forn Pera	C G	11 Crema de carbassa Truita de patata i ceba Mandarina				
	16 Patata i mongeta Cuixes de pollastre Poma	G D I A C	17 Sopa de peix Pit de pollastre arrebossat Raïm	A D	18 Arròs amb llenties Mandonguilles de peix Pera	A C H G F	19 Pasta al pesto Truita Magrana	C L F A G	20 Crema de verdures Peix arrebossat Iogurt
H L A F	23 Purè de verdures Macarrons bolonyesa Mandarina	D	24 Pèsols saltejats amb bacó Peix del dia Magrana	G A L C	25 Crema tèbia de porro Panets de la Sra. Maria Raïm	A I C E H	26 Sopa de galets Pollastre arrebossat Brownie	A G L F	27 Pastís d'espinacs Hamburguesa de vedella Plàtan
A D C	30 Minestra Lluç arrebossat amb Pera	I A C	31 Sopa de brou Truita de carbassó Poma			A G	2 Fideus a la cassola Pollastre a la crema Magrana	D B	3 Purè de verdures Paella Mandarina

La cuina es reserva el dret de modificar els menús si, per causa aliena a la seva voluntat, convingués.

LLISTA DE PRODUCTES QUE PODEN OCASIONAR AL·LÈRGIES (AL·LÈRGENS)

A-Cereals que contenen gluten (és a dir, blat civada, ordi, espelta o qualsevol dels seus derivats híbrids) i productes derivats.	H-Fruits secs: ametlles, avellanes, nous, nous de macadàmia, panses, castanyes, pinyons...
B-Crustacis i productes fets a base de crustacis.	I-Api
C-Ous i productes a base d'ous.	J-Mostassa
D-Peixes i productes fets a base de peix.	K-Grans de sèsam
E-Cacauets i productes fets de cacauets.	L-Diòxid de sofre/sulfit
F-Soja i productes a base de soja.	M-Mol·luscs
G-Llet i tots els seus derivats (inclosa la lactosa)	N-Tramussos

El 75% de la verdura és de KM0 i ecològica

El 60 % Peix és fresc

www.escolamowgli.cat

