



MENÚS MENJADOR



FEBRER

D G	4 Col(#) i patata Angel salsa de iogurt Poma	G	5 Crema de carbassa(#) i borratja(#) Filet de gall d'indi amb suc Iogurt	A I C	6 Sopa de pistons Escalopa amb cigrons de l'alta Anoia Plàtan	G A H E	7 <u>Classe de Balocs</u> Tallarines al pesto Boixeta de pollastre amb xips Plàtan amb xocolata	G A D H	8 Amanida Completa(#) amb ou dur Fideua Mandarina
	11 Arròs integral saltejat Pollastre al forn Taronja(#)	C A	12 Cigrons estofats Truita d'espínacs(#) amb pa amb tomàquet Plàtan	G D	13 Coliflor gratinada(#) Orada amb patata i ceba Kiwi	A G	14 Crema de Verdures(#) Fideus a la cassola Poma	A I D L	15 Sopa de peix amb arròs Hamburguesa de conill amb carxofa(#) fregida Iogurt
A C L F	18 Pèsols saltejats Panets de la Sra Maria amb enciam(#) i rosella(#) Pera	A I D	19 Sopa amb pistons Sèpia amb patates Poma	G A D B	20 Espirals gratinats Lluç a la marinera amb gambes Iogurt	C	21 Llenties a la jardinera Remenat de carxofa(#) i pernil Mandarina (#)	G A C	22 Crema de porro Llibrets de llom amb enciam(#) i olives Plàtan
A L F	25 Amanida(#) amb fruits secs Macarrons a la bolonyesa Plàtan	G C	26 Crema de carbassó Pollastre al curry Pastís de formatge	L F	27 Bleda(#) i patates Botifarra amb seques Taronja(#)	A I D	28 Sopa de pistons Lluç a la marinera Pera	C A D G	1 Tallarines amb carxofes i pastanaga Nuggets de peix amb enciam(#) i olives Poma

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

(#) Verdures ecològiques, de proximitat i de temporada o peix fresc

El menú ha sigut revisat per una dietista

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/sulfits
F-Soja i productes a base de soja.	M-Mol·luscs
G-Llet i tots els seus derivats (inclosa la lactosa)	N-Tramussos

www.escolamowgli.cat

SI HEM DINAT  **PODEM SOPAR**

Cereals, fècules o llegums.....	Hortalises crues llegums cuits
Verdures	Cereals, fècules
Carn.....	Peix,Ou
Peix.....	Carn magra o ou
Ou.....	Peix o carn magra
Fruita.....	Làctics o fruita
Làctics.....	Fruita



MENÚS MENJADOR



FEBRER
Llar d'Infants

D G	4 Col(#) i patata Angel salsa de iogurt Poma	G	5 Crema de carbassa(#) i borratja(#) i Filet de gall d'indi amb suc Iogurt	A I C	6 Sopa de pistons Cigrons de l'alta Anoia Plàtan	G A H E	7 <u>Classe de Baloos</u> Tallarines al pesto Boixeta de pollastre amb xips Plàtan amb xocolata	G A D H	8 Puré de carbassó Fideuà Mandarina
	11 Arròs integral saltejat Pollastre al forn Taronja	C A	12 Cigrons estofats Truita d'espínacs(#) amb pa amb tomàquet Plàtan	G D	13 Coliflor gratinada(#) i Orada amb patata i ceba Kiwi	A G	14 Crema de Verdures(#) i Fideus a la cassola Poma	A I D L	15 Sopa de peix amb arròs Hamburguesa de conill Iogurt
A C L F	18 Pèsols saltejats Panets de la Sra Maria Pera	A I D	19 Sopa amb pistons Peix del dia Poma	G A D B	20 Espirals gratinats Lluç a la marinera amb gambes Iogurt	C	21 Llenties a la jardineria Remenat de carxofa(#) i pernil Mandarina (#)	G A C	22 Crema de porro Pit de pollastre arrebossat Plàtan
A L F	25 Puré de carbassó Macarrons a la bolonyesa Plàtan	G C	26 Crema de carbassó Pollastre al curry Pastís de formatge	L F	27 Bleda(#) i patates Botifarra Taronja	A I D	28 Sopa de pistons Lluç a la marinera Pera	C A D G	1 Tallarines amb carxofes i pastanaga Nuggets de peix Poma

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

(#) Verdures ecològiques, de proximitat i de temporada o peix fresc

El menú ha sigut revisat per una dietista

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

www.escolamowgli.cat

SI HEM DINAT PODEM SOPAR

Cereals, fècules o llegums..... Hortalises crues
llegums cuits
Verdures Cereals, fècules
Carn..... Peix, Ou
Peix..... Carn magra o ou
Ou..... Peix o carn magra
Fruita..... Làctics o fruita
Làctics..... Fruita