

# MENÚ DE SETEMBRE 2020

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
<b>DILLUNS 14</b>	<b>DIMARTS 15</b>	<b>DIMECRES 16</b>	<b>DIJOUS 17</b>	<b>DIVENDRES 18</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espagueti a la bolonyesa</li> <li>• Llom arrebossat i amanida 2</li> <li>• Poma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Llenties amb arròs guisades</li> <li>• Truita de tonyina i amanida 1</li> <li>• Fuita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patata i mongeta tendra</li> <li>• Hamburguesa de vedella i amanida 4</li> <li>• Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brou amb pasta petita</li> <li>• Cuixes de pollastre al forn i amanida 3</li> <li>• Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema tebia de verdures (patata, carbassó, porro i pastanaga)</li> <li>• Lluç fresc amb guarnició al forn (tomàquet, pebrot i ceba)</li> <li>• logurt natural <i>Granja Comas</i> sense sucre</li> </ul>
<b>DILLUNS 21</b>	<b>DIMARTS 22</b>	<b>DIMECRES 23</b>	<b>DIJOUS 24</b>	<b>DIVENDRES 25</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vichyssoise</li> <li>• Filets de bacallà i amanida 1</li> <li>• Poma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espirals amb salsa de xampinyons naturals</li> <li>• Salsitxes de porc i amanida 2</li> <li>• Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arròs a la milanesa amb tomàquet, ceba, pèsols i tonyina</li> <li>• Perca fresca al forn amb verdures</li> <li>• Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cigrons estofats amb espinacs i pastanaga</li> <li>• Truita de patates i amanida 4</li> <li>• Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patata i pèsol saltejat amb pernillet</li> <li>• Pollastre a la planxa i amanida 3</li> <li>• logurt natural <i>granja Comas</i> sense sucre</li> </ul>
<b>DILLUNS 28</b>	<b>DIMARTS 29</b>	<b>DIMECRES 30</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amanida russa amb patata, pastanaga, pèsols i mongeta tendra</li> <li>• Bunyols de bacallà i amanida 2</li> <li>• Poma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Llenties amb verdures; porro, pastanaga i carbassó</li> <li>• Truita de pernil dolç i amanida 3</li> <li>• Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrons amb tomàquet</li> <li>• Estofat al forn de gall dindi a la jardinera (pastanaga, xampinyons i pèsols)</li> <li>• Fruita del temps</li> </ul>		

- Amb el menú ve inclòs pa integral i aigua
- El menú s'adapta a les dietes amb necessitats especials

### Amanides

- 1: Enciam, pastanaga i blat de moro
- 2: Enciam, brots verds i llavors de gira-sol
- 3: Enciam, tomàquet i pastanaga
- 4: Enciam, carbassó i tomàquet

Cuina catalana, mediterrània, casolana, de mercat i proximitat. Magda Vilaró i Paco Peralta.

[coordinador@ampaescolapuiggracios.cat](mailto:coordinador@ampaescolapuiggracios.cat) - Telèfon 93 871 71 21 - 626 256 143

Menú supervisat per Geraldine Olszanowski, mare col·laboradora de l'AMPA i dietista.

Qualsevol suggeriment, m'escris a [g.olszan@gmail.com](mailto:g.olszan@gmail.com)