

EB TIC-TAC

Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
Coliflor amb patata gratinat Pollastre amb allada amb enciam i blat de moro Iogurt	Arròs amb bolets Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Llenties estofades amb patata, ceba i porro Truita de carbassó amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de carbassa Pit de pollastre a la planxa amb patates Fruita de temporada
Iogurt amb fruita	Pa i pernil dolç amb llet	Pa amb formatge i suc	Iogurt amb galetes	Llet amb coca
Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
Arròs amb tomàquet Estofat de porc amb verdures Fruita de temporada	Crema de pastanaga Escalopa de pollastre amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bledes amb patates Croquetes de bacallà amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	FESTA	Espirals amb tomàquet i formatge Filet de lluç al forn amb patates Fruita de temporada
Iogurt amb fruita	Pa i pernil dolç amb llet	Pa amb formatge i suc		Llet amb coca
Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
Crema de pèsols (pèsols, patata, ceba, porro, espinacs, pastanaga) Botifarra a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb bacó Bacallà al forn amb samfaina Fruita de temporada	Cigrons estofades amb patata, ceba i pastanaga Truita de patates amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Arròs amb calamar Nuggets de pollastre amb enciam i olives Fruita de temporada	Brou de pollastre amb pasta Salmó al forn amb verdures Iogurt
Iogurt amb fruita	Pa i pernil dolç amb llet	Pa amb formatge i suc	Iogurt amb galetes	Llet amb coca
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27
Arròs amb verdures Broqueta de pollastre a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de cigrons Tires de calamar arrebossades amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata Rodo de vedella amb xampinyons Fruita de temporada	Crema de carbassó Peix fresc al forn amb enciam i blat de moro Iogurt	Fideus amb pollastre Ou al forn amb verdures saltades Fruita de temporada
Iogurt amb fruita	Pa i pernil dolç amb llet	Pa amb formatge i suc	Iogurt amb galetes	Llet amb coca
Dilluns 30	Dimarts 31			
Tallarines amb tomàquet i formatge Hamburguesa de vedella amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de carbassa i moniato Pollastre rostit amb fruita seca i patates Crema de xocolata			
Iogurt amb fruita	Pa i pernil dolç amb llet			

En els nostres menús...
<p>Incloem pa cada dia. Els dimecres i divendres és integral (a elecció del centre).</p> <p>Productes de proximitat i/o ecològics (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics). Fruita i verdures de temporada</p> <p>Les postres làctiques són elaborades per la cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa La Fageda.</p> <p>Utilitzem oli d'oliva per cuinar i amanir i oli de gira-sol alt oleic per fregir.</p> <p>La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.</p>

Condicions de conservació
<p><u>Plat calent:</u> Temperatura de conservació $\geq 65^{\circ}\text{C}$. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.</p> <p><u>Plat fred:</u> Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.</p> <p>Tot el menjar és per a consum immediat.</p>