

Tots els plats són elaborats a la **cuina de l'escola**.

El **menú** està subjecte a la disponibilitat del mercat i dels productes de temporada.

Les verdures i fruites són de **proximitat, ecològiques i de temporalitat**, sempre que és possible.

Els **cereals integrals** són presents en el pa, l'arròs i la pasta.



NOVEMBRE

2022
ESCOLA
GRAVI

Escola Cooperativa Catalana

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		2	3	4
		Arròs amb tomàquet Truita de pernil i formatge Amanida variada logurt	Macarrons amb all i julivert Mandonguilles de peix Fruita del temps	● Sopa de pistons ■ Pollastre a les fines herbes Amanida Fruita del temps
7	8	9	10	11
Patata i bròquil Botifarra Amanida Fruita del temps	Espaguetis napolitana Pollastre al romaní Amanida variada logurt	▲ ● Sopa de pasta Truita de patates Amanida Fruita del temps	● Arròs milanesa Peix fresc Amanida Fruita del temps	Mongeta estofada Pilota al forn amb s. de peres Fruita de l temps
14	15	16	17	18
Macarrons amb all i julivert ● Truita de carbassó Amanida logurt	Estofat de patata, porro i pèsols Llom al forn Fruita del temps ▲	Arròs amb carbassa Peix fresc Amanida Fruita del temps	■ Cigrons estofats amb espinacs Pollastre amb all i llimona Amanida Fruita del temps	Crema de verdures Llenties saltades amb arròs,bolets i all i julivert Fruita del temps
21	22	23	24	25
Patata amb bledes Mandonguilles en salsa logurt	Sopa minestrone(verdura, mongeta seca i pasta) ● Salsitxes de porc al forn Patata al forn Fruita del temps	Arròs oriental amb s. de soja Pollastre al forn Amanida Fruita del temps	Llenties estofades amb verdures Quiche de formatge i carbassó ▲ Amanida Fruita del temps	● ▲ Espirals amb s. de formatge i tomàquet ■ Peix fresc Amanida Fruita del temps