

DESEMBRE 2018

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata) Botifarra de porc a la planxa amb enciam i olives Fruita i pa	4 Espaguetis al pesto (alfàbrega i formatge) Lluç al forn amb samfaina (carbassó, albergínia, pebrot, patata, ceba i tomàquet) Fruita i pa	5 Cigrons estofats (patata, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals) Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit logurt i pa	6 FESTIU	7 FESTIU
10 Crema de carbassó (carbassó, patata, ceba i llet) Rosada arrebossada amb enciam i pastanaga Fruita i pa	11 Espirals amb tonyina (tomàquet, ceba i tonyina) Llom de porc a la planxa amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	12 Sopa de fideus (brou pollastre, pollastre, pasta, porro, pastanaga, ceba i api) Estofat de gall dindi amb verduretes (mongeta tendra i pastanaga) i tomàquet amanit logurt i pa	13 Arròs amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	14 Mongetes blanques estofades (patata, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals) Contra cuixa de pollastre al forn amb enciam i olives Fruita i pa
17 Macarrons a la napolitana (tomàquet i ceba) Bacallà arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita i pa	18 Mongeta verda i patata Filet de pollastre a la planxa amb all i julivert i tomàquet amanit Fruita i pa	19 Arròs amb verdures (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga, mongetes verdes) Truita de patata amb enciam i olives Fruita i pa	20 Sopa de galets (brou pollastre, pollastre, pasta, porro, pastanaga, ceba i api) Pollastre al forn a la catalana (tomàquet, ceba, prunes, panses i pinyons) Fruita i pa integral	21 Amanida d'enciam i tomàquet Hamburguesa de vedella a la planxa amb pa d'hamburguesa i patates xips Crema de vainilla



Els menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. Els làctics són produïts per la Fageda, empresa que treballa per a la reinserció sociolaboral. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (consell català de la producció agrària ecològica). Tots els nostres menús estan supervisats per una dietista-nutricionista col·legiat i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per una alimentació saludable a l'etapa escolar.

Menú supervisat per
Margarita Pons, dietista-
nutricionista col·legiat
(Núm. CAT 001031)



Membre de:



ROCA GONZÁLEZ S.L.
Carrer Cobalt 185, 08907 Hospitalet de Llobregat
Tel. 93 656.59.69 · Fax 93.656.21.31
www.rocagonzalez.com · dietista@rocagonzalez.com

