ESCOLA

ESCOLA SANT MIQUEL -Recomanacions pels sopars

MES

SETEMBRE 23

DL	DT	DC	DJ	DV
		Crema de pastanaga Salmó a la planxa amb llit de tomàquet i ceba Fruita de temporada **6**	Pollastre al forn amb llit de moniato, ceba, pastanaga i carbassó Fruita de temporada **7**	Arròs saltat amb pèsols i carbassó Hamburguesa a la planxa Fruita de temporada **8**
5				
Festa! **11**	Pastís de patata, verdures i carn picada Amanida variada Fruita de temporada **12**	Quinoa amb verduretes I cigronets Broquetes de xerris amb mozzarella Fruita de temporada **13**	Puré de patates Pollastre a la planxa i amanida Fruita de temporada **14**	Salmó al forn amb llit de patates, ceba, pastanaga i tomàquet Fruita de temporada **15**
Gaspatxo Sonsos arrebossats i flamet d'arròs Fruita de temporada **18**	Sopa minestrone Vedella a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada **19**	Coliflor gratinada Gall dindi arrebossat amb cogombre i olives Fruita de temporada **20**	Couscous saltat amb verduretes i cigronets Formatge fresc amb nous Fruita de temporada **21**	Amanida al gust Sandvitx de pernil salat Fruita de temporada **22**
Puré de patates Orada a la planxa amb salsa verda i rúcula amb olives Fruita de temporada **25**	Vichysoisse Pollastre al forn amb cebeta caramel·litzada Fruita de temporada **26**	Quinoa amb verduretes i llenties Amanida al gust Fruita de temporada **27**	Mongeta tendra amb pastanaga i patates Sonsos arrebossats Fruita de temporada **28**	Crema de pastanaga i moniato Gall dindi arrebossat amb tomàquet amanit Fruita de temporada **29**

PLAT DE COLORS
MENJADORS ESCOLARS • EDUCACIÓ ALIMENTÀRIA

@platdecolors

*Plats amb ingredients ecològics i/o de proximitat
*Plats amb ingredients integrals

Silviadiets
DIETISTA - NUTRICIONISTA

Menú supervisat per Silvia Gutiérrez, dietista-nutricionista col·legiat (Núm. CAT 636)