

ESCOLA FONT D'EN FARGAS	MENÚ SALUDABLE	DESEMBRE 2016
--------------------------------	-----------------------	----------------------

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 01	DIVENDRES 02
Dinar				Arròs Amb Tomàquet Caella Adobada Amb Amanida Fruita	Pizza Mandonguilles a la jardinera Fruita
	DILLUNS 05	DIMARTS 06	DIMECRES 07	DIJOUS 08	DIVENDRES 09
Dinar			Mongetes seques Guisades Amb Verdures Truita De Tonyina Amb Amanida Fruita		Crema De Verdura Hamburguesa Mixta Al Forn Amb Pastanaga Ratllada Fruita
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Dinar	Espirals Amb Tomàquet I Formatge Salsitxes De Porc Al Forn Amb Patates Fregides Fruita	Cigrons Guisats Amb Espinacs Ous Durs Amb Beixamel I Amanida Fruita	Sopa De Peix Estofat De Gall Dindi Amb Poma I Enciam logurt De Plàtan	Verdura Del Temps Rodó De Poltre Rostit Amb Xampinyons Fruita	Arròs Tres Delícies Peix Fresc Amb Amanida Fruita
	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Dinar	Arròs Amb Tomàquet Truita De Patata Amb Amanida Fruita	Crema De Pastanaga I Carbassa Fideuà logurt Natural	Llenties Guisades Amb Verdures Bacallà Arrebossat Amb Amanida Fruita	Sopa De Nadal Pollastre Amb Panses I Prunes Postres Especials	

ASSOCIACIÓ DE MARES I PARES D'ALUMNES



CEIP FONT D'EN FARGAS

TOTS ELS INGREDIENTS DEL VOSTRE MENÚ SÓN ECOLÒGICS CERTIFICATS MENYS: OU, PEIX, EMBOTIT, POLLASTRE, BOLETS, PORC, PÈSOLS, OLIVES I FORMATGE. S'INTRODUEIX EL PEIX FRESC I DE PROXIMITAT, EL TIPUS DE PEIX NO ES POT CONFIRMAR FINS UNS DIES ABANS PERÒ LA VARIETAT SERÀ: SARDINA, SEITÓ, VERAT, SORELL, MAIRA, MOIXINA, ESPET, LLISSA, BONÍTOL. LA FORMA DE COCCIÓ DEPENDRÀ DE L'ESPÈCIE QUE ARRIBI.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. Nº de col·legiat 7255.

*El menú inclou el pa diari.