



# MENÚ

GENER 2023

ESCOLA CLARET – sense marisc

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

04

05

06

*FELIÇ ANY NOU!!!*

09

10

11

12

13

Crema de temporada (moniato, carbassa i porro)  
Pernilets de pollastre groc a les herbes provençals amb patates xips  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Llenties ECO amb verduretes Ametller  
Trita francesa amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Paella de verdures  
Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Espirals amb tomàquet  
Salmó al forn amb enciam i olives  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller

Mongeta verda amb patata  
Estofat de gall dindi  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

16

17

18

19

20

Arròs de muntanya (ceba, tomàquet, pastanaga i xampinyons)  
Gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Minestra de verdures saltejada  
Fideuà de pollastre  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Mongetes blanques amb patates  
Trita amb pernil dolç amb enciam i blat de moro  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Sopa d'au amb galets  
Bacallà amb samfaina i patates fregides  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller

Crema Saint Germain (Pèsols i porro)  
Botifarra a la planxa amb amanida de tomàquet i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

23

24

25

26

27

Arròs amb tomàquet  
Trita amb formatge amb enciam i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Crema de cigrons amb crostons  
Salmó en salsa napolitana  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Mongetes verdes amb patata  
Contracuíxa de pollastre groc al forn amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Tallarines al pesto  
Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller

Mongetes blanques saltejades amb ceba i pernil salat  
Gall dindi a la planxa amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

30

31

DINAR DIA DE LA PAU  
Espaguetis a la carbonara  
Nuggets de pollastre casolans amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i Profiterols farcits

Sopa de verdures amb arròs  
Hamburguesa a la planxa amb ceba brasejada  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

Dietista-Nutricionista: Maider Pellejero  
Nº Colegiado: NA00166

