



MENÚ NOVEMBRE

DILLUNS

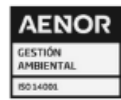
DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Som una empresa compromesa amb la qualitat, seguretat i el medi ambient:



Consulta tota la informació nutricional i al·lèrgica de la nostra carta en el codi QR:



1 2 3

FESTIU

Arròs milanesa
Ventresca de lluç a la llima amb pèsols
Fruita de temporada

Guisat de cigrons al toc de curri
Pernilets de pollastre amb alls i verdures
Fruita de temporada

6 7 8 9 10

Espirals amb tomaca, tonyina i olives
Trita francesa amb amanida
Fruita de temporada

Paella valenciana
Pernil de pernil dolç i formatge amb amanida
Fruita de temporada

Estofat de fesols amb pernil i carabassa
Llonganisses casolanes amb amanida
logurt artesà

Sopa de fideus
Peix fresc de llotja amb creïlles
Fruita de temporada

Crema de verdures de temporada
Ragout de titot amb pèsols i carlota
Fruita de temporada



13 14 15 16 17

Amanida completa amb ou
Arròs marinera
Fruita de temporada

Olla de cigrons
Hamburguesa mixta a la planxa amb amanida
Fruita de temporada

Festa de la fruita de temporada: Granada!
Sopa meravel·la
Pollastre al forn amb creïlles
logurt artesà amb grans de graneua

Crema de porros i carabassa
Lluç al' andalusa amb creïlles
Fruita de temporada

Macarrons bolonyesa
Trita de tonyina amb amanida de poma
Fruita de temporada

20 21 22 23 24

Empedrat de lletilles
Trita francesa amb amanida
Fruita de temporada

Creïlles a la *Riojana*
Lluç al forn amb amanida
Fruita de temporada

Crema de llegums
Pit de pollastre planxa amb rodanxa de tomaca
logurt artesà

Tallarines amb saltejat de verdures i salsa de soja
Peix fresc de llotja amb amanida
Fruita de temporada

Arròs amb tomaca
Llonganisses casolanes al forn amb amanida
Fruita de temporada



27 28 29 30

Amanida cítrica
Arròs al forn
Fruita de temporada

Macarrons napolitana
Trita de tonyina amb amanida de poma
Fruita de temporada

Crema de carabasseta, porro i carlota
Cuixa de pollastre rostit amb xampinyons
logurt artesà

Sopa de fideus
Lluç a l'andalusa i amanida
Fruita de temporada



L'ingredient d'aquest plat principal es **ECO**.
Se servirà pa blanc i pa integral.

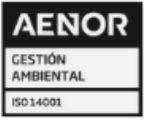


ACCEDEIX ALS MENÚS DEL TEU CENTRE EN: WWW.SERVALIA.ORG

USUARI:
Platero

CONTRASENYA:
4609

Som una empresa compromesa amb la qualitat, seguretat i el medi ambient:



FRUITA DE TEMPORADA

LA MAGRANA "AQUESTA FRUITA ÉS LA BOMBA"

Són moltes les creences al voltant de la magrana... En l'Antiga Grècia es deia que era la mateixa Afrodita (deessa de l'amor) la que va sembrar el magraner per primera vegada per a enfortir l'amor mentre entre els mortals, mentre que a Mesopotàmia els guerrers se la menjaven abans d'eixir a batalla per a ser invencibles.... L'única cosa que sabem al 100% és que al llarg de la història aquesta fruita "és la bomba".

La magrana és una bomba de fibra i antioxidants que lluita contra l'envelliment ajudant a previndre malalties degeneratives, contribueix al correcte funcionament del sistema digestiu i ajuda a depurar fetge i renyons. També ajuda al sistema circulatori i al sistema immune.

Tan sols cal veure-ho!



La magrana és una fruita estupenda per a ser protagonista dels nostres plats ja que... Hi ha un munt de maneres de menjar-la! Et deixem unes idees:



NOMÉS MAGRANA



IOGURT NATURAL AMB LLAVORS DE MAGRANA



SUC DE TARONJA AMB LLAVORS DE MAGRANA



ENSALADA AMB LLAVORS DE MAGRANA

A més, un dia d'aquest mes podràs gaudir unes delicioses postres en el menjador escolar.



Consulta tota la informació nutricional i al·lèrgica de la nostra carta en el codi QR:

RECOMENDADOR DE SOPARS



DINAR



SOPAR

	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	

Elaborat per:
Ángela Navarro CVO0604
Raquel Sanz CVO0815

