

Menú octubre 2025

ReCrea

ESCOLA LA FLORIDA
SENSE CARN

DIMECRES 1		DIJOUS 2		DIVENDRES 3
Mongetes blanques estofades amb verdures (ceba i pebrot) Peix a la planxa amb remolatxa i pastanaga ratllada Iogurt natural / Pa		Arròs a la jardineria (tomàquet, ceba i pèsols) Maires a l'andalusa amb amanida de cogombre, blat de moro i olives Fruita de temporada / Pa		Verdura al vapor (pastanaga i mongeta tendra) Cigrons a la catalana (tomàquet, ou i picada) Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 6		DIMECRES 8		DIVENDRES 10
Amanida russa amb maionesa (opcional) Peix arrebossat amb rodanxes de cogombre i tomàquet Fruita de temporada / Pa		Arròs amb salsa de tomàquet casolana Lluç al forn amb amanida d'espínacs <i>baby</i> i llavors de gira-sol Fruita de temporada / Pa		Sopa vegetal amb cabells d'àngel Truita a la francesa amb verdures (carbassó i porro) Iogurt natural / Pa
DILLUNS 13		DIMECRES 15		DIVENDRES 17
Espaguetis amb salsa casolana (carbassa, ceba i poma) Remenat d'ou, albergínia i patata amb col llombarda i api ratllat Fruita de temporada / Pa		Crema de carbassó Truita a la francesa amb enciam de fulla roure i blat de moro Fruita de temporada / Pa		Amanida d'arròs (cogombre, olives negres i tomàquet cirerol) Croquetes vegetals amb amanida de fruita (enciam, taronja i magrana) Iogurt natural / Pa
DILLUNS 20		DIMECRES 22		DIVENDRES 24
Mongeta tendra i patata saltades amb all i julivert Llenties estofades amb verdures Fruita de temporada / Pa		Sopa casolana vegetal amb verdures i pasta (brou vegetal) Peix al forn amb amanida verda (escarola, enciam llarg i olives) Iogurt natural / Pa		Bròquil gratinat amb beixamel casolana Truita a la francesa amb pastanaga, blat de moro i vinagreta Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 27		DIMECRES 29		DIVENDRES 31
Arròs amb salsa casolana de tomàquet Mandonguilles vegetals acompanyades de patata i pèsols Fruita de temporada / Pa		Cigrons estofats (col, pastanaga i ceba) Truita de patates amb daus de cogombre i pipes Fruita de temporada / Pa		Coliflor, patata i pastanaga bullides amb oli d'oliva Peix al forn amb amanida de col llombarda i api ratllat Iogurt natural / Pa

- FRUITA DE TEMPORADA. PA BLANC I INTEGRAL.
- TOTS ELS PLATS ESTAN AMANITS AMB OLI D'OLIVA VERGE EXTRA.

