

Menú octubre 2025

ReCrea

ESCOLA LA FLORIDA
SENSE OU

DIMECRES 1		DIJOUS 2		DIVENDRES 3
Mongetes blanques estofades amb verdures (ceba i pebrot)		Arròs a la jardineria (tomàquet, ceba i pèsols)		Verdura al vapor (pastanaga i mongeta tendra)
Contracuixa de pollastre a la planxa amb remolatxa i pastanaga ratllada		Maires a l'andalusa amb amanida de cogombre, blat de moro i olives		Cigrons a la catalana (tomàquet i picada s/ou)
Iogurt natural / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 6		DIMARTS 7		DIMECRES 8
Amanida russa s/ou ni maionesa		Cigrons saltats amb carbassó i pebrot		Arròs amb salsa de tomàquet casolana
Escalopa casolana de pollastre s/al·lèrgens amb rodanxes de cogombre i tomàquet		Peix al forn amb enciam meravella i daus de poma		Lluç al forn amb amanida d'espínacs <i>baby</i> i llavors de gira-sol
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 13		DIMARTS 14		DIMECRES 15
Pasta d'arròs (s/ou) amb salsa casolana (carbassa, ceba i poma) s/formatge		Espinacs i pastanaga amb patata		Crema de carbassó
Magra d'au a la planxa amb col llombarda i api ratllat		Estofat de porc guisat amb la seva salsa (ceba i pebrot verd)		Pit de pollastre a la planxa amb enciam de fulla roure i blat de moro
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 20		DIMARTS 21		DIMECRES 22
Mongeta tendra i patata saltades amb all i julivert		Pèsols i patata saltats amb pernil		Sopa casolana d'au amb verdures i pasta d'arròs (s/ou)
Llenties estofades amb verdures		Peix al forn amb tomàquet, cogombre i daus de formatge		Aletes de pollastre al forn amb amanida verda (escarola, enciam llarg i olives)
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Iogurt natural / Pa
DILLUNS 27		DIMARTS 28		DIMECRES 29
Arròs amb salsa casolana de tomàquet		Pasta d'arròs (s/ou) amb oli d'alfàbrega s/formatge		Cigrons estofats (col, pastanaga i ceba)
Mandonguilles vegetals acompanyades de patata i pèsols		Lluç a la planxa amb enciam, ceba tendra i olives		Peix al forn amb daus de cogombre i pipes
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 3		DIMARTS 4		DIMECRES 5
Arròs a la cassola amb sofregit casolà de verdures		Arròs a la cassola amb sofregit casolà de verdures		Arròs a la cassola amb sofregit casolà de verdures
Peix al forn amb amanida de fulla roure, raves i llavors de sèsam		Peix al forn amb amanida de fulla roure, raves i llavors de sèsam		Peix al forn amb amanida de fulla roure, raves i llavors de sèsam
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 10		DIMARTS 11		DIMECRES 12
Sopa vegetal amb pasta d'arròs (s/ou)		Sopa vegetal amb pasta d'arròs (s/ou)		Sopa vegetal amb pasta d'arròs (s/ou)
Daus de pollastre al curri amb verdures (carbassó i porro)		Daus de pollastre al curri amb verdures (carbassó i porro)		Daus de pollastre al curri amb verdures (carbassó i porro)
Iogurt natural / Pa		Iogurt natural / Pa		Iogurt natural / Pa
DILLUNS 17		DIMARTS 18		DIMECRES 19
Llenties amb sofregit casolà		Llenties amb sofregit casolà		Llenties amb sofregit casolà
Salmó a la <i>papillote</i> (ceba, pebrot i pastanaga)		Salmó a la <i>papillote</i> (ceba, pebrot i pastanaga)		Salmó a la <i>papillote</i> (ceba, pebrot i pastanaga)
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 24		DIMARTS 25		DIMECRES 26
Bròquil amb patata		Bròquil amb patata		Bròquil amb patata
Botifarra de pagès amb pastanaga, blat de moro i vinagreta		Botifarra de pagès amb pastanaga, blat de moro i vinagreta		Botifarra de pagès amb pastanaga, blat de moro i vinagreta
Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa		Fruita de temporada / Pa
DILLUNS 31		DIMARTS 1		DIMECRES 2
Crema de carbassa i moniato		Crema de carbassa i moniato		Crema de carbassa i moniato
Pizza de pernil s/ou ni formatge amb rodanxes de tomàquet i panses		Pizza de pernil s/ou ni formatge amb rodanxes de tomàquet i panses		Pizza de pernil s/ou ni formatge amb rodanxes de tomàquet i panses
Castanyes i fruita de temporada / Pa		Castanyes i fruita de temporada / Pa		Castanyes i fruita de temporada / Pa

- FRUITA DE TEMPORADA. PA BLANC I INTEGRAL. TOTS ELS PLATS ESTAN AMANITS AMB OLI D'OLIVA VERGE EXTRA.
- ES COMPROVARÀ QUE ELS PRODUCTES NO CONTINGUIN ELS ALIMENTS NO TOLERATS. ES COURAN ELS ALIMENTS EN ESTRIS EXCLUSIUS I ES FREGIRAN EN OLI NOU.

