

ESCOLA DEL BOSC	MENÚ SALUDABLE	ABRIL 2015
------------------------	-----------------------	-------------------

	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
Dinar	FESTA	Macarrons amb salsa de formatge Calamars a l'andalusa amb amanida Fruita	Arròs a la cassola Hamburguesa de vedella al forn amb amanida Fruita	Crema de verdura Cap de llom amb salsa de xampinyons i amanida logurt natural	Cigrons guisats Truita de patata amb amanida Fruita
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
Dinar	Llenties guisades amb arròs Truita de formatge amb pastanaga ratllada Fruita	Verdura del temps Daus de gall dindi rostits amb amanida Fruita	Espirals a la carbonara Filet de lluç a la llimona amb amanida Fruita	Crema de verdura amb rostes Botifarra de porc al forn amb amanida logurt natural	Arròs tres delícies Llom de bacallà al forn amb salsa de tomàquet i amanida Fruita
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
Dinar	Espaguetis amb tomàquet i formatge Truita de tonyina amb amanida Fruita	Minestra de verdura Estofat de poltre amb poma i arròs blanc Fruita	Fideuà Contraçuixa de pollastre rostida amb amanida Fruita	Arròs amb tomàquet Peix fresc i de proximitat amb guarnició Batut de fruita	Cigrons guisats amb bledes Salsitxes de porc al forn amb amanida Fruita
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
Dinar	Llenties guisades Filet de lluç al forn amb amanida Fruita	Llaços amb salsa de porros Truita de pernil amb amanida Fruita	Sopa de galets Daus de vedella guisats amb poma i amanida Fruita	Arròs amb tomàquet Cuixetes de pollastre a l'allet amb patates fregides logurt natural	



EL POLTRE, TOTA LA FRUITA, TOTA LA VERDURA, LLEGUM, SUCRE, FARINA, SAL, ARRÒS I PA DEL VOSTRE MENÚ SÓN ECOLÒGICS CERTIFICATS, TAMBÉ INTRODUÏM PEIX FRESC DE PROXIMITAT (VILANOVA); EL TIPUS DE PEIX NO ES POT CONFIRMAR FINS UNS DIES ABANS PERÒ LA VARIETAT SERÀ: SARDINA, SEITÓ, VERAT, SORELL, MAIRA).

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.