

MENU BASAL ESCOLA DELS ENCANTS · NOVEMBRE 2022

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES					
31		-Guisat de cigrons amb carbassa -Arròs amb porros, mongeta tendra i pastanagues -Fruita	 2	-Macarrons integrals amb s/ de remolatxa -Truita de carbassa i ceba amb amanida -Fruita	 3	-Patata, pastanaga i mongeta tendra al vapor -Estofat de pollastre amb verdures i amanida -Fruita	 4		
-Crema de coliflor i ceba -Pastís de mill i carn amb amanida -Fruita	7	-Sopa de pollastre amb arròs integral -Pollastre rostit amb pastanaga i moniatos -Fruita	8	-Fideuà de peix amb alloli casolà -Peix segons mercat amb all i julivert i amanida -Fruita	9	-Crema de carbassa i moniatos -Llenties estofades amb verdures -Fruita	10	-Trinxat de patata i col amb cansalada ecològica -Croquetes de cigrons amb amanida -Iogurt	11
-Sopa de pollastre i galets -Fainà de carbassó i xampinyons amb amanida -Fruita	14	-Crema d'api-rave i ceba -Arròs a la cubana amb ou dur -Fruita	15	-Cigrons amb sofregit de verdures -Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita	16	-Patata, moniato i bleada -Mandonguilles casolanes de pollastre estofades -Fruita	17	-Crema de coliflor i porros -Llenties guisades amb verdures -Iogurt	18
-Arròs integral amb pesto -Truita de carbassa, porros i moniatos amb amanida -Fruita	21	-Llenties amb verdures -Arròs al forn amb picada de nyores -Iogurt	22	-Patata, bròquil i carbassa -Pernilet de pollastre al forn amb amanida -Fruita	23	-Crema de carbassa i porros -Estofat de vedella amb grapat de mill -Fruita	24	-Fideus a la cassola amb verdures -Bunyols de bacallà al forn amb amanida -Fruita	25
-Escudella de carbassa amb fideus i cigrons -Truita de patata i ceba amb amanida -Fruita	28	-Patata, pastanaga i bleada amb oli d'allets -Pollastre rostit amb herbes i amanida -Fruita	29	-Crema de porros i patata -Falafel casolà amb pa de pitta, amanida i s/ de iogurt -Fruita	30		1		2



Peix fresc de costa



Menú de cullera

El pa és elaborat de manera tradicional amb farina semintegral ecològica al forn Elias del carrer Rogent.

Les nostres verdures fresques, fruites, pasta, cereals i arrossos son de producció ecològica i de proximitat.

Els iogurts i els ous són frescos i de producció ecològica i de proximitat.

La vedella és de certificació IGP "Vedella dels Pirineus Catalans".

El peix fresc prové de les costes del Garraf i del Cantàbric.

Cuinem i amanim amb oli d'oliya arbequina ecològic de les comarques de Lleida.

PODEU TROBAR MÉS INFORMACIÓ A www.vatualolla.cat i a @LVatua

VATUA
L'OLLA
cuina escolar