

MENU SENSE PEIX ESCOLA DELS ENCANTS · NOVEMBRE 2022

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31		-Guisat de cigrons amb carbassa -Arròs amb porros, mongeta tendra i pastanagues -Fruita	-Macarrons integrals amb s/ de remolatxa -Truita de carbassa i ceba amb amanida -Fruita	-Patata, pastanaga i mongeta tendra al vapor -Estofat de pollastre amb verdures i amanida -Fruita
-Crema de coliflor i ceba -Pastís de mill i carn amb amanida -Fruita	-Sopa de pollastre amb arròs integral -Pollastre rostit amb pastanaga i moniatos -Fruita	-Fideuà de verdures amb allioli casolà -Vegenugets de tofu i shitake amb amanida -Fruita	-Crema de carbassa i moniatos -Llenties estofades amb verdures -Fruita	-Trinxat de patata i col amb cansalada ecològica -Croquetes de cigrons amb amanida -Iogurt
-Sopa de pollastre i galets -Fainà de carbassó i xampinyons amb amanida -Fruita	-Crema d'api-rave i ceba -Arròs a la cubana amb ou dur -Fruita	-Cigrons amb sofregit de verdures -Vegenugets de tofu i shitake amb amanida -Fruita	-Patata, moniato i bleada -Mandonguilles casolanes de pollastre estofades -Fruita	-Crema de coliflor i porro -Llenties guisades amb verdures -Iogurt
-Arròs integral amb pesto -Truita de carbassa, porros i moniatos amb amanida -Fruita	-Llenties amb verdures -Arròs al forn amb picada de nyores -Iogurt	-Patata, bròquil i carbassa -Pernilet de pollastre al forn amb amanida -Fruita	-Crema de carbassa i porros -Estofat de vedella amb grapatet de mill -Fruita	-Fideus a la cassola amb verdures -Falafels amb amanida -Fruita
-Escudella de carbassa amb fideus i cigrons -Truita de patata i ceba amb amanida -Fruita	-Patata, pastanaga i bleada amb oli d'allets -Pollastre rostit amb herbes i amanida -Fruita	-Crema de porros i patata -Falafel casolà amb pa de pitta, amanida i s/ de iogurt -Fruita		



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