


MENU SENSE OU ESCOLA DELS ENCANTS · SETEMBRE 2023

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	29	30	31	1
4	5	6 -Amanida russa casolana sense ou -Pollastre al forn amb amanida -Postres sorpresa s/ou	7 -Macarrons integrals amb oli d'alfàbrega -Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita	8 -Amanida de lleties amb olives i tomàquets -Hamburguesa de vedella amb amanida -Fruita
11	12 -Arròs 3 delícies amb pèsols -Pollastre a la planxa amb amanida -Fruita	13 -Crema de verdures d'estiu -Falafel casolà amb pa de pitta,salsa de iogurt i amanida -Fruita	14 -Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat -Arròs integral amb samfaina -Iogurt	15 -Fusillis amb s/de pebrot escalivats -Boletes d'arròs i bacallà amb amanida -Fruita
18 -Crema de verdures d'estiu -Arròs a la cubana amb pollastre -Fruita	19 -Pastís fred de patata, olives i verdura -Boletes d'arròs i bacallà amb amanida -Iogurt	20 -Fideuà de peix amb allioli casolà (de llet) -Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita	21 -Arròs integral amb oli d'espínacs -Estofat de vedella bruneta amb amanida -Fruita	22 -Lleties amb verdures d'estiu -Pernilet de pollastre rostit amb amanida -Fruita
25	26 -Cus-cus integral amb verdures -Peix a la planxa amb amanida -Fruita	27 -Arròs integral amb dauets de verdures -Ales de pollastre ecològic a l'ajillo amb amanida -Fruita	28 -Crema de tomàquet i alfàbrega amb crotons -Patates i bacallà gratinats amb amanida -Fruita	29 -Amanida de lleties amb verat, tomàquet i cogombrets -Boletes d'arròs i bacallà amb amanida -Fruita

 Peix fresc de costa

 Menú tradicional

Menú elaborat per Vatua l'Olla
 El pa és elaborat de manera tradicional amb farina semintegral ecològica al forn Elias del carrer Rogent. Les nostres verdures, fruites, pasta, llegums, arrossos i fruits secs són 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. El pollastre és certificat halal. Cuinem i amanim amb oli d'oliva arbequina ecològic i extra verge de la cooperativa de Granyena (Lleida).
PODEU TROBAR MÉS INFORMACIÓ A www.vatualolla.cat

VATUA
L'OLLA
 cuina escolar