

ESCOLA MARIA WARD

Menú sense carn - Març 2019



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Macarrons a la siciliana Lluç al forn amb enciam i remolatxa Fruita del temps
4 FESTIU DE LLIURE DISPOSICIÓ	5 Llenties amb sofregit de tomàquet i ceba Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Fruita del temps	6 Mongeta tendra i patata Hamburguesa vegetal amb salsa de poma logurt	7 Arròs amb calamarcets Mandonguilles de peix a la jardineria Fruita del temps	8 Sopa de lletres amb brou vegetal Lluç al forn amb enciam i tomàquet Fruita del temps
11 Arròs amb tomàquet Croquetes de bacallà amb enciam i pastanaga Fruita del temps	12 Llaços amb salsa de formatge Rap amb salsa verda Fruita del temps	13 Mongetes seques estofades Truita de patates amb enciam i remolatxa logurt	14 Amanida completa amb tonyina i espàrrecs Lluç al forn amb patates Fruita del temps	15 Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa torrat Hamburguesa vegetal amb enciam i olives Fruita del temps
18 Espirals amb verduretes i formatge ratllat Varetes de peix amb enciam i olives Fruita del temps	19 Cigrons a la catalana Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro Fruita del temps	20 Arròs a la cassola amb verduretes Lluç al forn amb enciam i olives logurt	21 Sopa minestrone amb brou vegetal Ous durs amb salsa de tomàquet i tonyina Fruita del temps	22 Minestra de verdures Bacallà amb salseta Fruita del temps
25 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa amb enciam i remolatxa Fruita del temps	26 Verdura tricolor amb raig d'oli d'oliva Hamburguesa vegetal amb enciam i olives Fruita del temps	27 Sopa de fideus amb brou vegetal Ous durs amb salsa de tomàquet logurt	28 Arròs tres delícies sense pernil Crestes de tonyina amb verduretes Fruita del temps	29 Crema de carbassó i patata amb formatge Lluç arrebossat amb enciam i tomàquet Fruita del temps

Menús revisat per dietista-nutricionista col·legiada nº1381. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies.