



ESCOLA QUERMANY - DESEMBRE 2018 - BASAL BAIX EMPORDÀ

1

dll 3
Arròs blanc amb tomata
(salsa tomata natural)
Filet de lluç planxa

Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dm 4
Cigrons, patata i espinacs bullit

Pit de pollastre arrebossat

Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dc 5
Fideuà
(amb fumet de peix i sípia)
Truita de pernil dolç

Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Pa integral i fruita

dj 6
Festa

dv 7
Festa

2

dll 10
Llenties guisades amb verdures
(patata, pastanaga i pèsol)
Croquetes de rostit vilanova

Enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita

dm 11
Arròs amb verdures
(carbassó, bolets i pastanaga)
Filet abadejo al forn
(amb ceba)

Enciam, blat de moro i soja
logurt cooperativa

dc 12
Crema de carbassa natural
(carbassa, pastanaga i patata)
Hamburguesa de conill
(amb xampinyons)

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
Pa integral i fruita

dj 13
Macarrons integrals bolonyesa
(carn de porc picada i tomata)
Truita de carbassó

Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dv 14
Patata mongeta verda i pastanaga

Bacallà amb samfaina
(ceba, pebrot, carbassó, albergínia i tomata)
Enciam, pastanaga i olives verdes
Pa integral i fruita eco

3

dll 17
Espaguetis italiana
(salsa tomata natural)
Seitons enfarinats

Enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita

dm 18
Crema de llegums
(cigrons, patata, pastanaga i ceba)
Hamburguesa vegetal

Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dc 19
Arròs quatre gustos.
(pastanaga, pèsol, truita i blat moro)
Caella guisada amb patates

Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Pa integral i fruita eco

dj 20
Mongeta seca bullida amb patata

Truita de formatge

Enciam, pastanaga i olives verdes
logurt cooperativa

dv 21
Sopa de galets de Nadal
(brou de carn natural i galets)
Patates vilanova
(amb beixamel)
Enciam, blat de moro i soja
Pa integral, torró i refresc

4

dll 24

dm 25

dc 26

dj 27

dv 28

5

dll 31

dm

dc

dj

dv