

ESCOLA CAN BESORA - MOLLET DEL VALLÈS



DESEMBRE

CURS 2016-2017

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	29	30	1	2
			<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Lluç al forn amb ceba i patata · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps
5	6	7	8	9
<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis marcianos · Salsitxes amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	FESTIVA	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Pollastre guisat amb xips de moniato · Fruita del temps 	FESTIVA	FESTIVA
12	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons napolitana · Truita de calçots i amanida d'enciams i sèsam · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix amb arròs · Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb crostonets · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies · Marmitako del bonítol · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col i patata amb oli d'all · Lassanya de llenties i arròs integral amb beixamel · Fruita del temps
19	20	21	22	23
<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porros amb crostonets · Fricandó de vedella amb pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Maires arrebossades amb amanida d'enciams i remolatxa · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai amb verdures · Truita de patates amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb galets · Canelons de pollastre, porc i vedella gratinats amb beixamel · Torrons 	
26	27	28	29	30
VACANCES DE NADAL				

Tots els plats estan elaborats per les cuineres del centre, Sandra i Lourdes, a partir d'ingredients frescos, ecològics de proximitat i de temporada. Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: cogombre, tomàquet, olives, pastanaga, remolatxa, pipes de girasol, sèsam torrat, llavors de lli i germinats.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas Framis i Gabor Smit (ADITEC: 0009)