

ESCOLA CAN BESORA - MOLLET DEL VALLÈS



JUNY

CURS 2016-2017

S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	23	30	31	1
			<ul style="list-style-type: none"> Trinxat de bleda i pastanaga amb oli d'all Pilota de vedella s/ou al forn amb salsa de poma Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de galets Lluç al forn amb ceba i patata Fruita del temps
	5	6	7	8
FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	<ul style="list-style-type: none"> Macarrons napolitana de tonyina Peix a la planxa amb amanida d'enciams i sèsam torrat Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb salsa de tomàquet Maires arrebossades s/ou amb amanida d'enciam i cogombre Batut de plàtan 	<ul style="list-style-type: none"> Mongeta tendra amb patata Lassanya de lleties i arròs integral amb beixamel Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida russa amb maionesa s/ou Llom a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam Fruita del temps
	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> Arròs 3 delícies s/ou Llom a la planxa amb amanida d'enciams i carbassó ratllat logurt 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de peix amb fideus Pollastre al curri amb poma Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Crema freda de carbassó Pastís tebi de carns i mill gratinat, amb amanida d'enciams i cogombre Batut de plàtan 	<ul style="list-style-type: none"> Hummus amb bastonets Bacallà al forn amb tomàquet, ceba i patata Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de pasta amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina Vegenuggets de tofu i formatge al forn amb amanida d'enciams i olives Fruita del temps
	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) Pollastre al curri amb poma Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Lleties guisades amb patata i verdures Seità arrebossat s/ou amb amanida d'enciams i germinats Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina Pizza de pernil dolç, verdures, tomàquet i mozzarella Gelat 	FI DE	CURS
				23

Tots els plats estan elaborats per les cuineres del centre, Sandra, Lourdes i Yoli, a partir d'ingredients frescos, ecològics, de proximitat i de temporada. Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: cogombre, tomaquet, 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)