

INSTITUT TERESA PÀMIES - BARCELONA

SETEMBRE

CURS 2023-2024



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		6 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet, amb formatge* ratllat · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt Natural 	7 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Hamburguesa de vedella feta a la cuina amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps 	
	11 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'arròs amb olives, pastanaga i tomàquet · Truita de patata i ceba amb carbassó al forn · logurt Natural 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Lenties guisades amb patata i verdura · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	
FESTIU				
18 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espivals amb carbassó ratllat, olives i tomàquet · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdura · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, carbassa i patata · Fricandó de vedella amb xampinyons · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · logurt Natural 	
	25 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida russa amb lactonesa · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** · logurt Natural 	
FESTA LOCAL				

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0781

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i asseguruem que tots els ingredients que comprem són frescos. **El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

*** les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

