


ESCOLA FRANCESC MACIÀ

Menú de Març



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 -PATATA BULLIDA I MONGETA TENDRA. -RODÓ DE VEDELLA AL FORN AMB XAMPIYONS. (Pa integral) -FRUITA	5 -ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET. -POLLASTRE ARREBOSSAT AMB ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA. (Enciam de conreu ecològic i Km0) -FRUITA.	6 -CIGRONS AMB ESPINACS (Espinacs de Km 0). -CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I TONYINA. -IOGURT.	7 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES "XIP" -FRUITA.
10 DIADA DEL DINAR ESCOLLIT	11 -MACARRONS AMB CARN DE PORC I FORMATGE RATLLAT. -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DOLÇ. -FRUITA.	12 -PATATES BULLIDES AMB PÈSOLS. -ESCALOPA DE LLOM AMB AMANIDA D' ESCAROLA I OLIVES (Escarola Km0) -FRUITA	13 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -POLLASTRE AL FORN AMB CARBASSÓ ARREBOSSAT. -FRUITA.	15 -LLENTIES ESTOFADES. -CRESTES DE TONYINA AMB AMANIDA D' ENCIAM I PIPES (Enciam de conreu ecològic i Km 0) -IOGURT.
18 -ARRÒS D' HIVERN (Amb sofregit de tomàquet i ceba, pèsols, bolets i panses). -POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I ANOUS. -FRUITA.	19 -SOPA DE BROU AMB PASTA. -TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA I FORMATGE. -IOGURT	20 -MONGETES SEQUES I PATATES BULLIDES. -BACALLÀ FREGIT AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA. -FRUITA.	21 -ESPIRALS AMB CREMA DE LLET. -HAMBURGUESA D' AU A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DOLÇ (Enciam ecològic i de Km 0) -FRUITA.	22 -PATATA BULLIDA AMB MONGETA TENDRA. -FRICANDÓ DE PORC AMB PÈSOLS. (Pa integral) -FRUITA.
25 -SOPA DE BROU. -ESCALOPA DE LLOM AMB PATATES FREGIDES -FRUITA.	26 -LLENTIES AMB ARRÒS INTEGRAL... (Llenties i arròs ecològics) -FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D' ENCIAM I PASTANAGA. -FRUITA.	27 DIADA ALEMANYA!!! 	28 -AMANIDA VERDA AMB OU DUR (Enciam i ous ecològics i de Km 0) -CANELONS DE CARN. -LA COCA DELS ANIVERSARIS!!!! 	29 -ESPAGUETTI AMB TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT. -POLLASTRE ROSTIT AMB PRUNES. -FRUITA.

- Les fruites del mes de Març seran : Plàtans, peres, pomes i taronges.