

MENÚ NOVEMBRE DEL 2025

Primera ensenyança i maternal

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
AMANIDA DE VERAT  PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA  FRUITA	SOPA DE CEBA  FRICANDÓ DE VEDELLA A LA JARDINERA FRUITA	CREMA DE CARABASSA  POLLASTRE A LA PETITÒRIA AMB ARRÒS FRUITA	Recepta guanyadora: ESTOFAT DE LLENTILLES AMB VERDURES I MONIATO PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA IOGURT	CONSOMÉ  PARMENTIER DE TRUMFES FRUITA
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
AMANIDA AMB OU DUR MACARRONS MEDITERRANIS IOGURT	 HAMBURGUESA AMB RODES DE CARABASSÓ FRUITA	CONSOMÉ ROSTIT DE LLOM AMB CUSCÚS I VERDURETES FRUITA	PÈSOLS AMB TRUMFES PEIX AL FORN I XIPS DE VERDURES FRUITA	SOPA DE BROU CASOLÀ  POLLASTRE GUISAT AMB PANSES FRUITA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
AMANIDA AMB DAUETS DE PERNIL I PINYA  ARRÒS CALDÓS DE PEIX FRUITA	ESCUDELLA BARREJADA PILOTA AMB CARROTES AL VAPOR FRUITA	CREMA DE LLENTILLES VERMELLES LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA FRUITA	AMANIDA AMB GUACAMOLE  PEIX A LA MARINERA AMB PASTA PETITA IOGURT	NYOQUIS AMB PESTO POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA MACEDÒNIA
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
AMANIDA AMB SARDINETES  ESPAGUETIS AMB BOLONYESA DE LLENTILLES  IOGURT	CONSOMÉ DE VERDURES ÍNDIA POLLASTRE AL CURRI AMB ARRÒS FRUITA	SOPA DE BROU CASOLÀ DAUS DE GALL D'INDI SALTATS AMB VERDURES FRUITA	MONGETES SEQUES AMB ALL I JULIVERT SALSITXES AL FORN AMB AMANIDA FRUITA	TOMATA AMB MOZZARELLA  PEIX A LA MOLINERA AMB TRUMFA AL CALIU FRUITA
En cas d'imprevist aquest menú es pot modificar. Tots els àpats inclouen pa blanc o integral de forner. L'oli per amanir i cuinar és d'oliva. Prioritzem la fruita de temporada i proximitat. Els plats són elaborats de manera casolana pel personal de cuina del centre. Els tipus de peix són lluç, bacallà, sípia i salmó.				
Menú revisat per Berta Jiménez: dietista-nutricionista col. núm 0703				

Producte ecològic

Carn de Ramaders d'Andorra

Contingut alt en fibra

PROPOSTA DE BERENAR I SOPAR

DINAR A L'ESCOLA DIJOURS 06/11:
ESTOFAT DE LLENTILLES AMB VERDURES I MONIATO

PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA

IOGURT

PROPOSTA DE BERENAR:

Castanyes + formatget + raïm

o

Una tros de pa (preferiblement integral) amb crema de castanyes

 **Crema de castanyes**

 **Ingredients:**

- 300 g de **castanyes pelades** (bullides o torrades, segons preferència)
- 150 ml de **llet o beguda vegetal**
- 60-80 g de **sucre morè** (ajusta segons el teu gust) o dàtils (30g)
- 1 culleradeta de **d'oli o de mantega**
- Un pessic de **sal**

*(Opcional: una mica de **cacau en pols** si vols fer una crema tipus "castanya i xocolata")*

PROPOSTA DE SOPAR:

*Una tassa de **consomé***

WRAP farcit de saltat de verdures i tires de gall dindi

POSTRES: CAQUI (el clàssic o la varietat persimó)

AIGUA com a beguda