

MES: Març 2020

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

	DIJOURS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DI VENDRES				
2	Purè de pastanaga Macarrons amb verdures Fruita	3	Arròs de muntanya Llenguadina amb verdures Làctic	4	Trinxat de col Llom arrebossat Fruita	5	Bròquil amb patates Pollastre al forn amb llimona Fruita	6	Pèsols ofegats Trita de pernil dolç Fruita
9	Arròs amb verdures Croquetes d'espinaacs Fruita	10	Escudella Cassó amb salsa Làctic	11	Minestra de verdures Escalopa de vedella Fruita	12	Coliflor Hamburguesa de conill Fruita	13	Cigrons amb espinaacs Ou dur amb pernil Fruita
16	Crema de carbassa Arròs amb verdura i fruits secs Fruita	17	Canelons d'espinaacs Salsitxes de pollastre Làctic	18	Llenties estofades Bacallà amb samfaina Fruita	19	Espaguetis a la bolonyesa Trita de patates Fruita	20	Minestra de verdures Pollastre al forn Fruita
23	Crema de cigrons Espirals amb verdures Fruita	24	Trinxat d'espinaacs Croquetes Làctic	25	Arròs amb tomàquet Empanada de llom Fruita	26	Bròquil amb patates Hamburguesa de pollastre Fruita	27	Fideus a la cassola Peix Fruita
30	Crema de porros Arròs amb llenties Fruita	31	Paella Llenguadina amb tomàquet Làctic						

T'INFORMEM

Fruites: taronja, mandarina, clementina, poma, pera, plàtan i kiwi
Verdures: bròquil, col verda, endívia, carxofa, all tendre, ceba tendra, porro, carabassa d'hivern, coliflor, bleda, espinaacs, pastanaga, pèsols, fava, espàrrecs i calçots
 De dimarts a divendres **amanida** d'acompanyament
 Comprem a productors locals i el iogurt de proximitat habitualment serà el segon dimarts, en funció de la disponibilitat del productor
 Si voleu més informació:
iausa@ccau.cat
 BON PROFIT

www.mengemdaqui.cat

- 1 PRODUCTE DE PROXIMITAT
- 2 PRODUCTE DE TEMPORADA
- 3 RECEPTE TRADICIONAL

Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



CONSORCI DEL
Alt Urgell - Cerdanya

Generalitat de Catalunya
Departament d'Agricultura,
Ramaderia, Pesca i Alimentació

Fons Europeu Agrícola
de Desenvolupament Rural
Europa invierte en las zonas rurales

Consell comarcal
de l'Alt Urgell

CONSELL COMARCAL
DE LA CERDANYA

SOC Servei d'Ocupació
de Catalunya

Generalitat
de Catalunya

INICIATIVES ALT URGELL & C.

INICIATIVES ALT URGELL & C.