



Menú elaborat per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional

	1	2	3	4	5
dilluns	14 al 18 de setembre 19 al 23 d'octubre 23 al 27 de novembre	21 al 25 de setembre 26 al 30 d'octubre 30 de novembre al 4 de desembre	28 de setembre al 2 d'octubre 2 al 6 de novembre 7 al 11 de desembre	5 al 9 d'octubre 9 al 13 de novembre 14 al 18 de desembre	12 al 16 d'octubre 16 al 20 de novembre 21 i 22 de desembre
dimarts	Llenties guisades amb sofregit Truita de pernil amb pastanaga vapor Fruita del temps	Crema de verdures Croquetes casolanes amb carbassó arrebossat Fruita del temps	Espirals a las fines herbes Tonyina arrebossada al forn amb tomàquet i ceba Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Truita de carbassó amb enciam i blat de moro Fruita del temps	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge Truita de patata i ceba amb verdures Fruita del temps
dimecres	Paella de peix Hamburguesa de vedella amb enciam i olives negres Lacti sostenible	Mongetes blanques ecològiques estofades amb verdures Filet de peix amb salsa de ceba Fruita del temps	Cigrans estofats Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Fideus a la cassola Bacallà arrebossat amb tomàquet provençal Fruita del temps	Mongetes guisades amb verdures Lluç al forn amb patata panadera Fruita del temps
dijous	Amanida de pasta ecològica / Pasta amb verdures Cruixents de lluç amb tomàquet amanit Fruita del temps	Arròs milanesa Truita de patata i ceba amb enciam i tomàquet Fruita del temps	Sopa barrejada amb pasta ecològica Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita del temps	Llenties ecològiques estofades amb verdures Pernillets de pollastre amb amanida variada Lacti sostenible	Sopa de brou Gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita del temps
divendres	Mongeta i patata bullides Pollastre a la planxa amb enciam de colors Fruita del temps	Espaguetis bolonyesa Lluç al forn amb amanida variada Lacti sostenible	Arròs de muntanya Ventresca de lluç amb amanida Fruita del temps	Verdura tricolor Botifarra al forn amb patates fregides Fruita del temps	Crema de carbassó i patata Rodó de vedella amb xampinyons Fruita del temps
	Sopa de pasta Bacallà amb samfaina Fruita del temps	Sopa de peix Pollastre rostit amb daus de patata i pèsols Fruita del temps	Crema de carbassa i pastanaga Pollastre planxa amb enciam de colors Batut de iogurt amb fruita	Sopa d'arròs Lluç a la marinera amb gambetes Fruita del temps	Arròs a la cassola San Jacobos amb amanida variada Lacti sostenible

Xino-Xano aposta per un menú de qualitat a l'escola. Reducció de fregits i carns vermelles 1cop /15 dies. Més quantitat de peix al menú (2 dies/setmana). Productes de proximitat i de temporada.

*El menú dels dilluns es passarà als dimarts en cas de que el primer dia de la setmana sigui festiu. Les fruites de temporada tardor-hivern que s'oferiran són: pera, poma, meló, préssec, síndria, plàtan, kiwi i taronja. Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre. Cada setmana hem introduït al menú una fruita i un producte ecològic, certificats pel CCPAE.

