

2019



menú febrer



tresmes

ecoactiva

www.tresmes.com

MENÚ MENJADOR ESCOLAR

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

EL 95% DEL NOSTRE PRODUCTE ÉS DE PROXIMITAT I/O ECOLÒGIC
(verdures, fruita, llegums, cereals, làctics, etc.)

EL 95% DEL NOSTRE PEIX ÉS FRESC

LAS CARNES I EL POLLASTRE SÓN DE GRANGES DE PROXIMITAT

Consomé amb rostes

Pastís de patata casolà amb
picada de pollastre i gratinat amb
formatge
i enciam meravella

Peça de fruita

Verdura de temporada

Ous ecològics al forn
i enciam i olives

Peça de fruita

Cigrons estofats amb verduretes

Pinxo de gall d'indi
i tomàquet amanit

logurt d'ovella la Cleda

Arròs amb tomàquet i tonyina

Anella de calamar estofada
i enciam meravella

Peça de fruita

Crema de carbassa

Pollastre el rei del galliner
i enciam de Roure

Peça de fruita

Consomé amb rostes

Marmitako de peix blau
i amanida

Peça de fruita

Purè de pastanaga amb rostes

Bunyols de bacallà
i enciam de Roure

Peça de fruita

Llenties guisades amb arròs
integral

Hamburguesa de conill
i enciam meravella

logurt ecològic Boisans

Espaguetis a la carbonara

Truita de carxofes
i amanida variada

Peça de fruita

Arròs amb bolets

Peix al forn amb salseta
i enciam i olives

Peça de fruita

Verdura de temporada

Ales/pernillets de pollastre al forn
i tomàquet amanit

Peça de fruita

Verdura de temporada

Croquetes de pollastre
i amanida variada

Peça de fruita

Escudella amb cigrons

Truita de calçots i patata
i enciam meravella

logurt del Berguedà

Macarrons bolonyesa

Peix al forn amb suquet
i bastonet de pastanaga

Peça de fruita

Crema de verdures

Mandonguilles a la jardinera
i amanida variada

Peça de fruita

Arròs amb tomàquet amb
sofregit de verdures

Gall d'indi al forn amb suquet
i amanida variada

Peça de fruita

Espaguetis amb salsa de
xampinyons i pernil dolç

Ous gratinats al forn

i amanida variada

Peça de fruita

Crema de porros i naps

Botifarra amb patates xips

i enciam amb tomàquet

Peça de fruita

Arròs amb salsa de verdures

Sèpia estofada amb carxofes i
cloïsses

i bastonet de pastanaga

Peça de fruita

Mongeta del carai estofada

Pinxo de pollastre

i enciam

logurt La Fageda

Als nostres menús posem peix blau

o blanc depenent del què trobem a

la llotja

				Amanida variada amb formatge de cabra Pizza de tonyina i olives negres logurt
Arròs amb xampinyons	Sopa de lletres	Bròquil amb patata	Macarrons a la napolitana	Vichyssoise
Hamburguesa de vedella	Salmó al forn	Truita amb formatge	Gambes a la planxa	Quiche de porros i bacó
tomàquet amanit	amb patata, ceba i porro	Pa amb tomàquet	amanida variada	
logurt	Peça de fruita	logurt	logurt	logurt
Espirals amb formatge d'untar i gambetes i alls tendres	Mongeta verda amb patata	Arròs caldós	Cous cous amb verduretes	Crema de verdures
Pollastre al forn amb llimona	Truita de riu amb formatge i pernil dolç	Ous farcits amb tonyina	Rap amb salseta de tomàquet	Fajites amb tires de pollastre i verdures
Bastonets de pastanaga	tomàquet amanit	amanida	carxofes fregides	
logurt	Peça de fruita	iogurt	logurt	logurt
Fideus xinesos amb verduretes i soja	Arròs amb tomàquet	Coliflor amb patata	Quinoa amb samfaina	Crema de carbassa i poma
Patates al forn amb carot i pesols i cebeta dolça	Hamburguesa vegetal	Pollastre arrebossat	Peix blau a la planxa	Pa amb tomàquet i embotit
coqombre amanit	amanida variada	amanida	i patates rosses	
logurt	Peça de fruita	logurt	logurt	logurt
Sopa de peix amb arròs	Espirals amb tomàquet i tonyina	Minestra de verdures	Dips vegetals amb hummus	
Aletes de pollastre al forn	Peix blanc a la planxa	Truita de patates i ceba	Llom a la planxa	
bastonets de pastanaga	amanida variada	amanida	amb xampinyons	
logurt	logurt	logurt	Peça de fruita	

