

ESCOLA DE BORDILS

BASAL - DESEMBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, contacteu amb el coordinador del menjador: Pau (pau@totoci.net/ 638.97.79.50)

Consell del mes!

Ja tenim aquí el desembre! Passarà molt ràpid, i ja serem a Nadal, però no patiu, que us duc 3 propostes de plats (entrant, primer i principal) fàcils, ràpids i bons per a ser els millors amfitrions d'aquestes festes!

- **Crema de formatge blau amb fruits secs.** Barreja nata, formatge blau, i desfes-ho tot, de manera que quedi una crema suau. Serveix amb nous!
- **Llit de patata amb bolets.** Neteja bé patates i talla-les en tirs d'un dit d'ample. Posa-les al forn fins que estiguin toves. Salteja bolets amb una mica d'all i julivert i serveix-los sobre la patata.
- **Filet Wellington.** Pica ceba i xampinyons ben petits i salteja'ls. Marca el filet de porc per les dues cares. Estira la pasta de full i estira la ceba i els xampinyons. Un cop ho tens, posa el filet de porc i tanca la pasta de full. Al forn 40 minuts!

Ja ho tenim, menú de Nadal!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Crema de carbassa amb pipes 1 Salsitxes de pollastre al forn amb pebrots, patata i ceba Fruita Tallarines amb salmó i gamba i fruita
Pèsol, pastanaga i patata bullida amb un rajolí d'oli 4 Truita a la francesa amb enciam ECO i tomata Fruita Cuscús amb verdures, peix amanida i fruita	Crema de porro amb crostonets de pa torrat 5 Estofat casolà de cigrons ECO amb patata Fruita ECO Espirals de colors amb oli, gall dindi amanida i fruita	FESTIU	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	FESTIU
Arròs amb verdures i salsa de soja ECO 11 Truita de verdures amb enciam ECO i pastanaga logurt ECO amb fruita natural Verdura al vapor, gall d'indi amb amanida i fruita	Macarrons integrals a la napolitana amb tomata natural a banda 12 Lluç a la planxa amb enciam ECO i cogombre Fruita Crema de carbassó, truita francesa amb pa amb tomata i fruita	Patata i cigrons ECO bullits amb un rajolí d'oli d'oliva 13 Filet de pollastre a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Sèmola, peix amb amanida i fruita	Crema de pastanaga i carbassa 14 Estofat casolà de lleties ECO i arròs (amb sofregit de tomata i ceba) Fruita ECO Bròquil verd amb patata i oli, bistec de vedella i fruita	Minestra de verdures (patata, pastanaga, mongeta verda i nèsol) 15 Peix fresc de mercat amb xampinyons saltejats Fruita Torrada amb escalivada i formatge amb nous i fruita
Patata i pastanaga bullida amb un rajolí d'oli 18 Lluç al forn amb enciam ECO i pastanaga ratllada logurt ECO amb fruita natural triturada Pèsols saltejats amb xampinyons i ceba, ou amanida i fruita	Crema de carbassó i pastanaga 19 Mongetes blanques ECO amb arròs a la jardinera (pastanaga, pèsol i mongeta) Fruita Cuscús amb verdures, conill i fruita	Sopa de brou amb galets 20 Canelons de carn amb beixamel i gratinats al forn Neules i torró de xocolata Crema de verdures, filet de lluç a la planxa amb ceba i fruita	VACANCES DE NADAL	VACANCES DE NADAL
25	26	27	28	29

VACANCES DE NADAL

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.



Educació | Lleure | Esport



ESCOLA DE BORDILS

VEGETARIÀ - DESEMBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, contacteu amb el coordinador del menjador: Pau (pau@totoci.net/ 638.97.79.50)

Consell del mes!

Ja tenim aquí el desembre! Passarà molt ràpid, i ja serem a Nadal, però no patiu, que us duc 3 propostes de plats (entrant, primer i principal) fàcils, ràpids i bons per a ser els millors amfitrions d'aquestes festes!

- **Crema de formatge blau amb fruits secs.** Barreja nata, formatge blau, i desfes-ho tot, de manera que quedi una crema suau. Serveix amb nous!
- **Llit de patata amb bolets.** Neteja bé patates i talla-les en tires d'un dit d'ample. Posa-les al forn fins que estiguin toves. Salteja bolets amb una mica d'all i julivert i serveix-los sobre la patata.
- **Filet Wellington.** Pica ceba i xampinyons ben petits i salteja'ls. Marca el filet de porc per les dues cares. Estira la pasta de full i estira la ceba i els xampinyons. Un cop ho tens, posa el filet de porc i tanca la pasta de full. Al forn 40 minuts!

Ja ho tenim, menú de Nadal!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Crema de carbassa amb pipes 1 Salsitxes vegetals al forn amb pebrots, patata i ceba Fruita
Pèsol, pastanaga i patata bullida amb un rajolí d'oli 4 Truita a la francesa amb enciam ECO i tomata Fruita	Crema de porro amb crostonets de pa torrat 5 Estofat casolà de cigrons ECO amb patata Fruita ECO	FESTIU	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	FESTIU
Arròs amb verdures i salsa de soja ECO 11 Truita de verdures amb enciam ECO i pastanaga logurt ECO amb fruita natural	Macarrons integrals a la napolitana amb tomata natural a banda 12 Tofu a la planxa amb amanida d'enciam ECO i cogombre Fruita	Patata i cigrons ECO bullits amb un rajolí d'oli d'oliva 13 Amanida variada amb enciam ECO, pastanaga, tomaquet, poma i nous Fruita ECO	Crema de pastanaga i carbassa 14 Estofat casolà de lleties ECO i arròs (amb sofregit de tomata i ceba) Fruita ECO	Minestra de verdures (pastanaga, mongeta verda i pèsol) 15 Seità amb xampinyons saltejats Fruita Torrada amb escalivada i formatge amb nous i fruita
Patata i pastanaga bullida amb un rajolí d'oli 18 Seità macerat amb espècies al forn amb enciam ECO i pastanaga ratllada logurt ECO amb fruita natural triturada	Crema de carbassó i pastanaga 19 Mongetes blanques ECO amb arròs a la jardineria (pastanaga, pèsol i mongeta) Fruita	Sopa de brou vegetal amb galets 20 Canelons d'espínacs amb beixamel i gratinats al forn Neules i torró de xocolata Crema de verdures, filet de lluç a la planxa amb ceba i fruita	21	22
25	26	27	28	29

VACANCES DE NADAL

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.



ESCOLA DE BORDILS

SENSE GLUTEN - DESEMBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, contacteu amb el coordinador del menjador: Pau (pau@totoci.net/ 638.97.79.50)

Consell del mes!

Ja tenim aquí el desembre! Passarà molt ràpid, i ja serem a Nadal, però no patiu, que us duc 3 propostes de plats (entrant, primer i principal) fàcils, ràpids i bons per a ser els millors amfitrions d'aquestes festes!

- **Crema de formatge blau amb fruits secs.** Barreja nata, formatge blau, i desfes-ho tot, de manera que quedi una crema suau. Serveix amb nous!
- **Llit de patata amb bolets.** Neteja bé patates i talla-les en tires d'un dit d'ample. Posa-les al forn fins que estiguin toves. Salteja bolets amb una mica d'all i julivert i serveix-los sobre la patata.
- **Filet Wellington.** Pica ceba i xampinyons ben petits i salteja'ls. Marca el filet de porc per les dues cares. Estira la pasta de full i estira la ceba i els xampinyons. Un cop ho tens, posa el filet de porc i tanca la pasta de full. Al forn 40 minuts!

Ja ho tenim, menú de Nadal!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Crema de carbassa amb pipes 1 Salsitxes de pollastre al forn amb pebrots, patata i ceba Fruita Tallarines sense gluten amb salmó i gamba i fruita
Pèsol, pastanaga i patata bullida amb un rajolí d'oli 4 Truita a la francesa amb enciam ECO i tomata Fruita Cuscús amb verdures, peix amanida i fruita	Crema de porro amb crostonets de pa torrat S/G 5 Estofat casolà de cigrons ECO amb patata Fruita ECO Espirals de colors sense gluten amb oli, gall dindi amanida i fruita	6 FESTIU	7 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	8 FESTIU
Arròs amb verdures i salsa de soja ECO 11 Truita de verdures amb enciam ECO i pastanaga logurt ECO amb fruita natural Verdura al vapor., gall d'indi amb amanida i fruita	Macarrons integrals S/G a la napolitana amb tomata natural a banda 12 Lluç a la planxa amb enciam ECO i cogombre Fruita Crema de carbassó, truita francesa amb pa amb tomata i fruita	Patata i cigrons ECO bullits amb un rajolí d'oli d'oliva 13 Filet de pollastre a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Sèmola sense gluten, peix amb amanida i fruita	Crema de pastanaga i carbassa 14 Estofat casolà de lleties ECO i arròs (amb sofregit de tomata i ceba) Fruita ECO Bròquil verd amb patata i oli, bistec de vedella i fruita	Minestra de verdures (pastanaga, mongeta verda i pèsol) 15 Peix fresc de mercat amb xampinyons saltejats Fruita Torrada amb escalivada i formatge amb nous i fruita
Patata i pastanaga bullida amb un rajolí d'oli 18 Lluç al forn amb enciam ECO i pastanaga ratllada logurt ECO amb fruita natural triturada Pèsols saltejats amb xampinyons i ceba, ou amanida i fruita	Crema de carbassó i pastanaga 19 Mongetes blanques ECO amb arròs a la jardinera (pastanaga, pèsol i mongeta) Fruita Cuscús amb verdures, conill i fruita	Sopa de brou amb galets S/G 20 Canelons S/G de carn amb beixamel i gratinats al forn Neules S/G i torrò de xocolata Crema de verdures, filet de lluç a la planxa amb ceba i fruita	21 VACANCES DE NADAL	22
25	26	27	28	29

VACANCES DE NADAL

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.



ESCOLA DE BORDILS

SENSE LACTOSA - DESEMBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, contacteu amb el coordinador del menjador: Pau (pau@totoci.net/ 638.97.79.50)

Consell del mes!

Ja tenim aquí el desembre! Passarà molt ràpid, i ja serem a Nadal, però no patiu, que us duc 3 propostes de plats (entrant, primer i principal) fàcils, ràpids i bons per a ser els millors amfitrions d'aquestes festes!

- **Crema de formatge blau amb fruits secs.** Barreja nata, formatge blau, i desfes-ho tot, de manera que quedi una crema suau. Serveix amb nous!
- **Llit de patata amb bolets.** Neteja bé patates i talla-les en tires d'un dit d'ample. Posa-les al forn fins que estiguin toves. Salteja bolets amb una mica d'all i julivert i serveix-los sobre la patata.
- **Filet Wellington.** Pica ceba i xampinyons ben petits i salteja'ls. Marca el filet de porc per les dues cares. Estira la pasta de full i estira la ceba i els xampinyons. Un cop ho tens, posa el filet de porc i tanca la pasta de full. Al forn 40 minuts!

Ja ho tenim, menú de Nadal!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Crema de carbassa amb pipes 1 Salsitxes de pollastre al forn amb pebrots, patata i ceba Fruita Tallarines amb salmó i gamba i fruita
Pèsol, pastanaga i patata bullida amb un rajolí d'oli 4 Truita a la francesa amb enciam ECO i tomata Fruita Cuscús amb verdures, peix amanida i fruita	Crema de porro amb crostonets de pa torrat 5 Estofat casolà de cigrons ECO amb patata Fruita ECO Espirals de colors amb oli, gall dindi amaniada i fruita	6 FESTIU	7 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	8 FESTIU
Arròs amb verdures i salsa de soja ECO 11 Truita de verdures amb enciam ECO i pastanaga logurt S/L amb fruita natural triturada Verdura al vapor., gall d'indi amb amanida i fruita	Macarrons integrals a la napolitana amb tomata natural a banda 12 Lluç a la planxa amb enciam ECO i cogombre Fruita Crema de carbassó, truita francesa amb pa amb tomata i fruita	Patata i cigrons ECO bullits amb un rajolí d'oli d'oliva 13 Filet de pollastre a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Sèmola, peix amb amanida i fruita	Crema de pastanaga i carbassa 14 Estofat casolà de lleties ECO i arròs (amb sofregit de tomata i ceba) Fruita ECO Bròquil verd amb patata i oli, bistec de vedella i fruita	Minestra de verdures (pastanaga, mongeta verda i pèsol) 15 Peix fresc de mercat amb xampinyons saltejats Fruita Torrada amb escalivada i formatge amb nous i fruita
Patata i pastanaga bullida amb un rajolí d'oli 18 Lluç al forn amb enciam ECO i pastanaga ratllada logurt S/L amb fruita natural triturada Pèsols saltejats amb xampinyons i ceba, ou amanida i fruita	Crema de carbassó i pastanaga 19 Mongetes blanques ECO amb arròs a la jardinera (pastanaga, pèsol i mongeta) Fruita Cuscús amb verdures, conill i fruita	Sopa de brou amb galets 20 Canelons de carn amb beixamel S/L i gratinats amb formatge S/L al forn Neules i torró de xixona Crema de verdures, filet de lluç a la planxa amb ceba i fruita	21 VACANCES DE NADAL	22
25	26	27	28	29

VACANCES DE NADAL

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.



ESCOLA DE BORDILS

S/GLUTEN I LACTOSA - DESEMBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, contacteu amb el coordinador del menjador: Pau (pau@totoci.net/ 638.97.79.50)

Consell del mes!

Ja tenim aquí el desembre! Passarà molt ràpid, i ja serem a Nadal, però no patiu, que us duc 3 propostes de plats (entrant, primer i principal) fàcils, ràpids i bons per a ser els millors amfitrions d'aquestes festes!

- **Crema de formatge blau amb fruits secs.** Barreja nata, formatge blau, i desfes-ho tot, de manera que quedi una crema suau. Serveix amb nous!
- **Llit de patata amb bolets.** Neteja bé patates i talla-les en tires d'un dit d'ample. Posa-les al forn fins que estiguin toves. Salteja bolets amb una mica d'all i julivert i serveix-los sobre la patata.
- **Filet Wellington.** Pica ceba i xampinyons ben petits i salteja'ls. Marca el filet de porc per les dues cares. Estira la pasta de full i estira la ceba i els xampinyons. Un cop ho tens, posa el filet de porc i tanca la pasta de full. Al forn 40 minuts!

Ja ho tenim, menú de Nadal!



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Crema de carbassa amb pipes 1 Salsitxes de pollastre al forn amb pebrots, patata i ceba Fruita Tallarines sense gluten amb salmó i gamba i fruita
Pèsol, pastanaga i patata bullida amb un rajolí d'oli 4 Fruita Cuscús sense gluten amb verdurettes, peix, amanida i fruita	Crema de porro amb crostonets de pa torrat S/G 5 Estofat casolà de cigrons ECO amb patata Fruita ECO Espirals de colors sense gluten amb oli, gall dindi amanida i fruita	FESTIU 6	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ 7	FESTIU 8
Arròs amb verdurettes i salsa de soja ECO 11 Fruita Verdura al vapor., gall d'indi amb amanida i fruita	Macarrons S/G a la napolitana amb tomata natural a banda 12 Fruita Crema de carbassó, truita francesa amb pa amb tomata i fruita	Patata i cigrons ECO bullits amb un rajolí d'oli d'oliva 13 Fruita ECO Sèmola, peix amb amanida i fruita	Crema de pastanaga i carbassa 14 Fruita ECO Bròquil verd amb patata i oli, bistec de vedella i fruita	Minestra de verdures (pastanaga, mongeta verda i pèsol) 15 Fruita Torrada amb escalivada i formatge amb nous i fruita
Truita de verdures amb enciam ECO i pastanaga logurt S/L amb fruita natural triturada Verdura al vapor., gall d'indi amb amanida i fruita	Lluç a la planxa amb enciam ECO i cogombre Fruita Crema de carbassó, truita francesa amb pa amb tomata i fruita	Filet de pollastre a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Sèmola, peix amb amanida i fruita	Estofat casolà de lleties ECO i arròs (amb sofregit de tomata i ceba) Fruita ECO Bròquil verd amb patata i oli, bistec de vedella i fruita	Peix fresc de mercat amb xampinyons saltejats Fruita Torrada amb escalivada i formatge amb nous i fruita
Patata i pastanaga bullida amb un rajolí d'oli 18 Lluç al forn amb enciam ECO i pastanaga ratllada logurt S/L amb fruita natural triturada Pèsols saltejats amb xampinyons i ceba, ou amanida i fruita	Crema de carbassó i pastanaga 19 Mongetes blanques ECO amb arròs a la jardineria (pastanaga, pèsol i mongeta) Fruita Cuscús amb verdurettes, conill i fruita	Sopa de brou amb galets S/G 20 Canelons S/G de carn amb beixamel S/L i gratinats amb formatge S/L al forn Neules i torró de xixona Crema de verdures, filet de lluç a la planxa amb ceba i fruita	VACANCES DE NADAL 21	VACANCES DE NADAL 22
VACANCES DE NADAL 25	VACANCES DE NADAL 26	VACANCES DE NADAL 27	VACANCES DE NADAL 28	VACANCES DE NADAL 29

VACANCES DE NADAL

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El pa servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.



Educació | Lleure | Esport



ESCOLA DE BORDILS

SENSE PORC - DESEMBRE

Es demana que qualsevol dubte i/o consulta en relació al funcionament del menjador, treball d'hàbits, monitoratge, contacteu amb el coordinador del menjador: Pau (pau@totoci.net/ 638.97.79.50)

Consell del mes!

Ja tenim aquí el desembre! Passarà molt ràpid, i ja serem a Nadal, però no patiu, que us duc 3 propostes de plats (entrant, primer i principal) fàcils, ràpids i bons per a ser els millors amfitrions d'aquestes festes!

- **Crema de formatge blau amb fruits secs.** Barreja nata, formatge blau, i desfes-ho tot, de manera que quedi una crema suau. Serveix amb nous!
- **Llit de patata amb bolets.** Neteja bé patates i talla-les en tires d'un dit d'ample. Posa-les al forn fins que estiguin toves. Salteja bolets amb una mica d'all i julivert i serveix-los sobre la patata.
- **Filet Wellington.** Pica ceba i xampinyons ben petits i salteja'ls. Marca el filet de porc per les dues cares. Estira la pasta de full i estira la ceba i els xampinyons. Un cop ho tens, posa el filet de porc i tanca la pasta de full. Al forn 40 minuts!

Ja ho tenim, menú de Nadal!

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Crema de carbassa amb pipes 1 Salsitxes de pollastre al forn amb pebrots, patata i ceba Fruita Tallarines amb salmó i gamba i fruita
Pèsol, pastanaga i patata bullida amb un rajolí d'oli 4 Truita a la francesa amb enciam ECO i tomata Fruita Cuscús amb verdures, peix amanida i fruita	Crema de porro amb crostonets de pa torrat 5 Estofat casolà de cigrons ECO amb patata Fruita ECO Espirals de colors amb oli, gall d'indi amanida i fruita	FESTIU 6	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ 7	FESTIU 8
Arròs amb verdures i salsa de soja ECO 11 Truita de verdures amb enciam ECO i pastanaga logurt ECO amb fruita natural Verdura al vapor., gall d'indi amb amanida i fruita	Macarrons integrals a la napolitana amb tomata natural a banda 12 Lluç a la planxa amb enciam ECO i cogombre Fruita Crema de carbassó, truita francesa amb pa amb tomata i fruita	Patata i cigrons ECO bullits amb un rajolí d'oli d'oliva 13 Filet de pollastre a la planxa amb enciam ECO i olives Fruita ECO Sèmola, peix amb amanida i fruita	Crema de pastanaga i carbassa 14 Estofat casolà de lleties ECO i arròs (amb sofregit de tomata i ceba) Fruita ECO Bròquil verd amb patata i oli, bistec de vedella i fruita	Minestra de verdures (pastanaga, mongeta verda i pèsol) 15 Peix fresc de mercat amb xampinyons saltejats Fruita Torrada amb escalivada i formatge amb nous i fruita
Patata i pastanaga bullida amb un rajolí d'oli 18 Lluç al forn amb enciam ECO i pastanaga ratllada logurt ECO amb fruita natural triturada Pèsols saltejats amb xampinyons i ceba, ou amanida i fruita	Crema de carbassó i pastanaga 19 Mongetes blanques ECO amb arròs a la jardinera (pastanaga, pèsol i mongeta) Fruita Cuscús amb verdures, conill i fruita	Sopa de brou vegetal amb galets 20 Canelons de tonyina amb beixamel i gratinats al forn Neules i torró de xocolata Crema de verdures, filet de lluç a la planxa amb ceba i fruita	VACANCES DE NADAL 21	VACANCES DE NADAL 22
25	26	27	28	29

VACANCES DE NADAL

Els menús estan revisats per la dietista - nutricionista Cristina Planella Farrugia (CAT020).

El servei inclou pa i aigua.

El pa serà integral dues vegades a la setmana, el dimecres i el divendres.

Totes les preparacions que duen salses o gratinat, se serveixen amb la guarnició a banda, i són els propis infants qui escull si en volen i en quina quantitat.

