

MENÚ SENSE LACTOSA NOVEMBRE 2020 – AMPA ESCOLA PERE TORRENT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Mongeta verda amb patata i pastanaga bullida Bunyols de bacallà amb tomàquet amanit (1,4) Fruita de temporada	3 Llenties amb arròs i verdures Salsitxes de porc amb ceba i pebrot (12) logurt natural begut sense lactosa	4 Amanida d'enciam, olives i pastanaga ratllada (12) Espaguetis integrals a la bolonyesa (1,12) Fruita de temporada	5 Escudella (1) Filet de lluç amb verdures al forn (4) Fruita de temporada	6 MENÚ UCRAÏNA "Borsch" (Crema de verdures i remolatxa) "Varenkyky" (Tortel-linis) (1) Síndria
9 Puré de pastanaga i carbassó Truita de patata amb enciam i olives (3) Fruita de temporada	10 Amanida d'enciam amb tomàquet i espàrrecs (8,12) Arròs a la cassola logurt natural sense lactosa	11 Saltejat de pèsols amb pernil Filet de peix arrebossat amb cirerols amanits (1,4,12) Fruita de temporada	12 Minestra de verdura Filets de gall d'indi a la planxa amb patates al forn Macedònia de fruita	13 Amanida d'escarola amb cirerols, blat de moro i olives Macarrons integrals a la carbonara sense lactosa (1) Fruita de temporada
16 Sopa de fideus integrals i cigrons (1) Barretes de lluç amb enciam i pebrot amanit (1,3,4) Fruita de temporada	17 Trinxat de col i patata Hamburguesa de pollastre amb tomàquet amanit (12) Fruita de temporada	18 Festiu	19 Amanida d'enciam, alvocat, cirerols i pastanaga (12) Fricandó de vedella (1) Fruita de temporada	20 Llenties amb verdures Filet de peix a la planxa amb xampinyons (4) logurt natural sense lactosa
23 Saltejat de quinoa i verdures Truita de formatge sense lactosa amb cogombre amanit (3) Fruita de temporada	24 Amanida d'enciam, cirerols i ceba (12) Cuixa de pollastre al forn amb verdures Fruita de temporada	25 Lasanya de carn sense lactosa (1) Filet de lluç al forn amb ceba i pebrot (4) Fruita de temporada	26 Amanida de tomàquet, ceba i tonyina (4,12) Estofat de vedella amb patata logurt natural begut sense lactosa	27 Puré de verdures Botifarra amb mongetes blanques saltejades (12) Fruita de temporada
30 Arròs integral amb salsa de tomàquet (12) Truita de carbassó i ceba (3) Macedònia de fruita				

