

# Gener 2017

SERVEI DE MENJADOR  
ESCOLA EL ROCIO



Plaça Catalunya 2, 1er 3era · 08850 · Gavà · Tel. i Fax: 93 662 52 64 · Mòbil: 670 93 12 51 · www.ela.cat · info@ela.cat



## Reis d'Orient

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9 Arròs amb salsa de tomàquet Mossets de rosada amb xíps Iogurt	10 Mongeta tendre perona amb patates Hamburguesa de vedella planxa amb ceba caramel·litzada Amanida Fruïta	11 Llenties estofades Truïta de carbassó Amanida Fruïta	12 Fideuà Filet de lluç al forn amb salsa verda Tomàquet amanit Fruïta	13 Sopa d'au Pernillets de pollastre rostits al forn Amanida Fruïta
16 Sopa de rap Truïta de patates amb formatge Tomàquet provençal (amb oli i orenga) Iogurt	17 Mongetes seques saltejades amb all i julivert Botifarra a la planxa Amanida Fruïta	18 Espagueti a la napolitana Abadejo al forn amb salsa marinera Amanida Fruïta	19 Paella mixta Bacallà arrebossat amb all i julivert Amanida Fruïta	20 Purè de verdures (amb pastanaga i carbassa) Mandonguilles de vedella amb xampinyons Préssec en almívar
23 <b>FESTA LOCAL</b>	24 Arròs amb verdures Pit de pollastre a la planxa amanida Fruïta	25 Cigrons estofats Truïta amb pernil dolç Amanida Fruïta	26 Bledes amb patates Rodó de vedella rostit amb porros Amanida Fruïta	27 Sopa de d'au Escalopa de llom patates xíps Fruïta
30 Espagueti a la carbonara Mossets de rosada Amanida Iogurt	31 Mongeta tendre rodona amb patates Llom rostit al forn amb pomes Amanida Fruïta			

En tots els menús s'inclou pa, setmanalment 3 dies integral.

AMANIDES (Pastanaga, enciam, blat de moro, soja, remolatxa, olives segons el dia)

TÈCNICA CULINÀRIA- Riojana: (ceba, all, porro, tomàquet, pebre vermell dolç, brou de carn, costelles) A la cassola: sofregit de verdura i costella)

Salsa Napolitana: Sofregit de verdures i tomàquet / Samfaina: (Oli, ceba, pebrot vermell, pebrot verd, tomàquet fregit i all molt) / Salsa

Bolonyesa: (Sofregit de verdures, tomàquet i carn picada) / Salsa jardineria (Brou de carn, sofregit de ceba, pebrot vermell i verd, tomàquet, patates,

ceba i pastanaga) Salsa Beixamel: (Llet, ceba, farina, sal, all i brou de pollastre)

FRUITA DEL TEMPS (SM: Taronja, poma, plàtan, kivi, pera, raïm, mandarina....)