



**1r**  
trimestre

**menú 20172018**

**intolerància a la proteïna de la vaca**

# escolagavina

Pares, mares, xiquets, xiquetes... mestres:

En aquest país on generalment visc hi ha una certa cuina familiar que, per cert, s'està en aquests dies acabant d'una manera segura i inevitable. Aquesta cuina era bona –o, almenys, la trobàvem bona els naturals del país. Ara es menja bé en algunes cases particulars –molt poques. Abans menjava bé tothom, pobres i rics. Ara, la cuina, cada vegada més rara, és tancada en les quatre parets d'una casa particular. Abans es feien colles d'amics, obsessionades per la culinària, que, amb qualsevol pretext, feien àpats a l'aire lliure. Quan jo en sentia parlar, de jove, em semblaven pantagruèlics però s'ha d'agafar la paraula en el sentit hiperbòlic que la gent utilitza constantment. Potser no eren pantagruèlics: eren simplement excel·lents. Ja n'hi ha prou, per anar tirant. Nosaltres tenim una cuina modesta, petita, si voleu precària i monòtona, plena de defectes i de qualitats, però que en definitiva ha alimentat un país. Podrà agradar més o menys, estar més o menys considerada. Què hi farem? Però, en definitiva, és l'única que tenim. No en tenim d'altra. Desviar-se, en aquest punt, de la realitat no és pas al meu abast.

JOSEP PLA, "El que hem menjat"



## OCTUBRE 2017

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<b>2</b> Bullit de temporada Pollastre amb xampinyons i arròs blanc  Entrepà de pernil dolç	<b>3</b> Arròs saltat amb verdures Lluç i creïlles al forn  Rosquilletes amb plàtan	<b>4</b> Espirals al pesto Truita de tonyina amb amanida  Entrepà de llom rostit	<b>5</b> Crema de porro i creïlla Magre de porc estofat i quinoa  Pa amb oli i sal	<b>6</b> Lentilles estofades Pit de tito torrat amb creïlles  Entrepà de xocolata
<b>9</b> 	<b>10</b> Amanida completa Arròs amb verdures  Coca de pernil	<b>11</b> Potatge amb espinacs Broqueta de pollastre adobat  Galletes especials	<b>12</b> 	<b>13</b> 
<b>16</b> Amanida de pollastre Verat i creïlles al forn  Pa amb oli i sal	<b>17</b> Fesols estofats Truita de carabasseta  Fruita de temporada	<b>18</b> Tempura de verdures Hamburguesa  Entrepà de tonyina i olives	<b>19</b> Sopa de verdures amb pistons Llom arrebossat amb bròquil saltat  Coca de verdures	<b>20</b> Amanida completa Arròs amb ànec i bolets  logurt amb cereals
<b>23</b> Crema d'espinacs Coca de bacó i verdures  Galletes especials	<b>24</b> Amanida amb tonyina Arròs amb llonganisses  Sandvitx de pernil	<b>25</b> Cuscús saltat amb verdures Pollastre amb xirivia i carabassa a la mel  Fruita de temporada	<b>26</b> Crema de carlota i remolatxa Magre de porc amb tomata i creïlles  Coca de tonyina i verdures	<b>27</b> Amanida amb tonyina Paella  Pa amb oli i sal
<b>30</b> Sopa de fideus Ofegat de carn amb verdures  Entrepà de pernil dolç	<b>31</b> Crema d'espinacs Mandonguilles estofades amb creïlles  Rosquilletes amb plàtan			

# NOVEMBRE 2017

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		<b>1</b> Macarrons amb salsa de carabassa Truita de ceba  Entrepà de llom rostit	<b>2</b> Arròs amb fesols i naps Magre de porc amb allada  Pa amb oli i sal	<b>3</b> Crema de verdures Abadejo arrebossat  Entrepà de xocolata
<b>6</b> Amanida verda amb quicos Fideuà d'alls tendres i calamars  Rosquilletes de pipes i poma	<b>7</b> Sopa de galeres Ragout de vedella  Coca de pernil	<b>8</b> Llentilles amb carlota i carabassa Remenat de bolets  Galetes especials	<b>9</b> Espaguetis amb all i julivert Lluç i creïlles al vapor  Entrepà de tito	<b>10</b> Amanida de col Paella  Entrepà de pernil
<b>13</b> Bolets i verdures empanades Escaldum de pollastre  Pa amb oli i sal	<b>14</b> Amanida de pasta, tomata seca i oliva negra Suquet de rap  Fruita de temporada	<b>15</b> Pernil Arròs de verdures i bolets  Entrepà de tonyina i olives	<b>16</b> Crema de fesols amb torrats Tito amb allada  Coca de verdures	<b>17</b> Amanida completa Arròs de marisc  Fruita de temporada
<b>20</b> Floricol gratinada Escalopa de llom amb creïlles  Galetes especials	<b>21</b> Crema de verdures Macarrons amb soja i verdures  Sandvitx de pernil	<b>22</b> Potatge de cigrons Truita de tonyina  Fruita de temporada	<b>23</b> Amanida de carlota cuïta Arròs al forn  Coca de tonyina i verdures	<b>24</b> Crema de xampinyó All i pebre de peix  Pa amb oli i sal
<b>27</b> Crema de verdures i llegums Caldereta de corder  Entrepà de pernil dolç	<b>28</b> Amanida de fruites seques i taronja Arròs caldós de fesols i naps  Rosquilletes amb plàtan	<b>29</b> Sopa d'olla Llonganisses amb puré de creïlles  Entrepà de llom rostit	<b>30</b> Bullit de tardor Truita d'abadejo dessalat  Pa amb oli i sal	

berenar

Cada dia n'hi haurà fruita; dijous, lacti. El menú anirà acompanyat d'amanida.

# DESEMBRE 2017

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
				<b>1</b> Espirals al pesto Pollastre al forn amb creïlles  Entrepà de xocolata
<b>4</b> Llentilles estofades amb verdures i arròs integral Pit de pollastre amb sal d'all  Entrepà de pernil dolç	<b>5</b> Amanida de pernil Costelles guisades amb creïlles  Rosquilletes amb plàtan	<b>6</b> 	<b>7</b> Amanida de salmó i ou dur Fesols rojos amb xoriço  Coca de tonyina i verdures	<b>8</b> 
<b>11</b> Torrada de verdures i tonyina Tires de vedella empanades  Rosquilletes de pipes i poma	<b>12</b> Crema verda amb formatge fresc Cigrons amb rap  Entrepà de pernil	<b>13</b> Sopa de verdures amb estreletes Cuixa de corder torrada  Galetes especials	<b>14</b> Macarrons Lluç amb salsa verda  Entrepà de tito	<b>15</b> Amanida d'enciam amb carlota i remolatxa ratllada Arròs del senyoret  Coca de pernil
<b>18</b> Bullit de tardor Pit de tito amb salsa de poma  Pa amb oli i sal	<b>19</b> Macarrons amb salsa verda Remenat de gambes  Fruita de temporada	<b>20</b> Sopa d'olla Llonganissa amb samfaina  Entrepà de tonyina i olives	<b>21</b> Pastís de creïlla Emperador en escabetx  Coca de verdures	<b>22</b> Fingers de formatge casolans amb confitura Paella  Fruita de temporada
<b>25</b> 	<b>26</b> 	<b>27</b> 	<b>28</b> 	<b>29</b> 

Cada dia n'hi haurà fruita; dijous, lacti. El menú anirà acompanyat d'amanida.