

2n
trimestre**menú 20192020 intolerància lactosa**

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"



GENER 2020

| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|---|---|--|--|---|
|  | |  |  | |
| | | 1 | 2 | 3 |
|  | 7 Espaguetis amb tomata Contraçuixa de pollastre amb samfaina Rosquilletes de pipes amb fruita | 8 Crema de porro i torrats Boletes de rap cassolanes Coca de tonyina i verdures | 9 Cigrons amb nap, xirivia i carlota Estofat de verdures amb cuscús Entrepà de llom rostit | 10 Tomata i ou Paella Galletes |
| 13 Crema de carabassa i cigrons Calamars fregits amb amanida de carlota Rosquilletes amb pipes i poma | 14 Arròs amb tomata Ou i llonganisses Entrepà de cuixot | 15 Rotllet de pernil Fideuà de calamars i gambes Galletes | 16 Llenties amb verdures Cap de llom rostit Entrepà de tito | 17 Amanida amb fruits secs Arròs al forn de verdures Coca de pernil i tomata |
| 20 Tallarines amb tomata Lluç amb salsa Pa amb oli i sal | 21 Crema de carlota, carabassa i cigrons Llom arrebossat amb verdures torrades Cereals amb fruita | 22 Bròquil arrebossat Guisat de corder i creïlles fregides Entrepà de tonyina | 23 Amanida de pernil i anous Arròs del senyoret de calamar i gambes Galletes | 24 Fesols pintes amb nap i carlota Truita de creïlles Coca de verdures |
| 27 Crema de porro, creïlla i fesols Tito al forn amb salsa Galletes | 28 Sopa de verdures amb fideus Hamburguesa de verdures completa Entrepà de pernil dolç | 29 Llenties amb nap i xirivia Truita de pernil dolç Pa amb oli i sal | 30 Macarrons integrals ecològics amb tomata Cua de bacallà amb salsa Entrepà de tito | 31 Arròs blanc amb xampinyons Cap de llom rostit amb samfaina Fruita i rosquilletes |

berenar

El iogurt és a l'engròs / Tots els dies hi ha amanida / L'escola infantil no menjarà fruits secs
El corder és de ramaderia extensiva / Les fotos del menú són de la nostra cuina / La pasta és integral i ecològica

FEBRER 2020

| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|---|---|--|---|--|
| 3 Tallarines amb tomata Lluç al forn amb verdures fomeres Entrepà de pernil dolç | 4 Cigrons amb nap i carlota Pollastre amb xampinyons Rosquilletes de pipes amb fruita | 5 Arròs caldós bolets, xampinyons i verdures Truita de tonyina Coca de tonyina i verdures | 6 Crema de porro, creïlla i fesols amb torrats Magre de porc estofat i quinoa Entrepà de llom rostit | 7 Llenties estofades amb xoriço Pit de tito torrat amb puré de creïlles Pa amb oli i sal |
| 10 Crema de carlota, carabassa i fesols Pollastre al forn amb romaní Rosquilletes amb pipes i poma | 11 Arròs amb ou Llonganisses de pollastre amb samfaina Entrepà de cuixot | 12 Potatge de cigrons amb abadejo Lluç torrat Galletes | 13 Tallarines amb xampinyons i formatge Boletes de rap cassolanes Entrepà de tito | 14 Amanida amb pernil dolç i pipes Arròs amb magre i verdures Coca de pernil |
| 17 Sopa de galeres Llom arrebossat amb bròquil Pa amb oli i sal | 18 Fesols estofats Coca de bacó Entrepà de xoriço | 19 Crema de carabassa i fesols Guisat de corder Galletes | 20 Macarrons amb tomata Cua de bacallà amb salsa Entrepà de tonyina i olives | 21 Amanida completa amb pipes Arròs amb ànec i bolets Coca de verdures |
| 24 Llenties amb verdures Lluç i creïlles al forn Galletes | 25 Rotllet de pernil Arròs amb verdures Entrepà de xoriço | 26 Espirals al pesto Ous al forn i verdures Entrepà de pernil dolç | 27 Sopa de verdures amb estreletes Magre de porc amb tomata i cigrons saltats Pa amb oli i sal | 28 Cigrons amb nap i xirivia Truita de pernil dolç Entrepà de tonyina i ou |



berenar

El corder és de ramaderia extensiva / El dia 11 l'escola infantil menjarà el potatge sense abadejo / El dia 26 l'escola infantil menjarà les espirals amb tomata / L'escola infantil no menjarà fruits secs / Tots els dies hi ha amanida / El iogurt és a l'engròs / La pasta és ecològica i integral

MARÇ 2020

| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|--|--|---|--|--|
| 2 Crema de porro, creïlles Calamars fregits Entrepà de pernil dolç | 3 Sopa de fideus vegetariana Olla vegetariana Rosquilletes de pipes amb poma | 4 Macarrons amb salsa de carabassa Truita de pernil Coca de verdures i tonyina | 5 Sopa de pollastre amb estreletes Cap de llom al forn amb verdures Entrepà de llom rostit | 6 Amanida completa amb pipes Arròs amb fesols i naps Entrepà de xocolata |
| 9 Guisat de verdures i creïlla Pollastre adobat Rosquilletes amb pipes i poma | 10 Sopa de galeres Ragout de verdures Entrepà de cuixot | 11 Llenties amb carlota i carabassa Truita de pernil dolç Galletes | 12 Espaguetis amb tomata Lluç i verdures al vapor Entrepà de tito | 13 Amanida amb tomata i ou dur Arròs al forn vegetarià Xocolata sense lactosa amb bunyols |
| 16 Tallarines integrals ecològiques a la carbonara Pollastre amb pepitòria Xocolata i bunyols | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 23 Macarrons al pesto Truita de creïlles Galletes | 24 Crema de carlota i fesols Escalopa de llom amb salsa Entrepà de tito | 25 Potatge de cigrons amb espinacs Calamars fregits Entrepà de pernil dolç | 26 Amanida de fruits secs Arròs caldós de sèpia i gambes Pa amb oli i sal | 27 Guisat de creïlla, carlota i xirivia Pollastre al forn Entrepà de pernil |
| 30 Sopa d'olla vegetariana Olla vegetariana Galletes | 31 Arròs blanc amb verdures saltejades Cap de llom rostit amb salsa Entrepà de xoriço |  |  | |

berenar

L'escola infantil no menjarà fruits secs / El dia 3 i 23 l'escola infantil menjarà els macarrons amb tomata / Tots els dies hi ha amanida / La pasta és ecològica i integral / El iogurt és a l'engròs / El corder és de ramaderia extensiva / Les fotos del menú són de la nostra cuina