

















Menús noviembre 2019

4	ECO	5	6	ECO	7	ECO	8	VEGE
sopa de hortalizas con fideos		menestra de verduras con cebolla	col y patata guisada		espirales ecológicos con salsa de queso y coliflor		lentejas ecológicas estofadas con verduras	
 hamburguesa de ternera de Girona con patatas fritas		pollo guisado con salsa de zanahoria y cous cous integral ecológico	lomo a la mostaza con champiñones		pescado del día con berenjenas con tomate		croquetas de espinacas con mezclum de lechugas	
ensalada variada fruta		ensalada variada fruta / queso	ensalada variada fruta		ensalada variada fruta		yogur fruta	
 11		12	 13		14	 15		
brócoli con zanahoria		timbal de boniato y patata al horno	crema de calabacín		arroz integral con ratatouille		judías verdes ecológicas salteadas	
macarrones ecológicos con boloñesa 		libritos de pavo y queso con manzana asada	bistec de ternera de Girona con judías blancas ecológicas		pescado del día con ensalada de lechuga, espárragos y aceitunas		tortilla de patata y cebolla con ensalada de col y zanahoria	
ensalada de crudités fruta / natillas de chocolat 		ensalada variada fruta	ensalada variada fruta		fruta		queso fruta	
 18		 19	20		21	 22		
menestra de verduras salteadas		crema de puerros	salade croutons et jambon		gratin dauphinois		sopa de hortalizas y legumbres	
redondo de ternera con coditos ecológicos con mantequilla		dados de pollo con salsa curry y arroz blanco ecológico	canelones de carne con bechamel		pescado del día con tomate provenzal		pizza margarita con ensalada de judías verdes ecológicas	
ensalada variada fruta		ensalada variada fruta	calabacín rebozado fruta / queso		ensalada variada fruta / pastel 		 fruta / yogur	
 25		26	 27		 28		29 	
calabaza al horno gratinada		crema de coliflor	acelgas salteadas con zanahorias		lacitos ecológicos con hortalizas		arroz integral con salsa de tomate	
fideos ecológicos a la cazuela con carne, hortalizas y legumbres		jamoncitos de pollo al horno y patatas al caliu	albóndigas de ternera de Girona con cous cous integral ecológico		pescado del día y berenjenas al gratin con ratatouille		tortilla francesa con calabacín al horno	
ensalada con pasas y queso fruta / queso		ensalada variada fruta	ensalada variada fruta		ensalada variada fruta		ensalada variada fruta / yogur	