



endermar

# ENDER CONSELL

OCTUBRE  
2019

## LA CASTANYADA

A una cabanya del bosc, viuen l'Ender i la Mar i amb una cistella sota els braços, surten tots els matins a buscar castanyes per les muntanyes. Busquen branca per branca, fulla per fulla, per terra i fins i tot sota les pedres. Quan ja en tenen bastants, preparen les castanyes i ens expliquen històries dels seus viatges.

És hora d'asseure's al voltant del foc i menjar castanyes i panallets ... Que bons! Ja està aquí la tardor, el fred ha arribat i els dies s'han escurçat, la naturalesa s'ha quedat adormida i els arbres han perdut les seves fulles.

Al matí, decorarem amb dibuixos i gomets, que després penjarem per finestres i parets.

Moniatos, ous i ametlles! Tot barrejat, molt barrejat, afegirem el sucre i llestos, ja tenim els Panallets!

Celebra "La Castanyada" amb l'Ender i la Mar i menja castanyes, moniatos i panallets.

ESCOLA MARE DE DEU  
DE LA SOLEDAT  
SALESIANES DE SANT  
ANDREU  
**SENSE GLUTEN**

Dilluns 7

Rissoto de bolets  
Truita francesa amb  
formatge i amanida  
(enciam, tomàquet i pipes  
de girasol)  
Fruita del temps

Dilluns 14

Crema de carbassó i patata  
(\* Botifarra d'au al forn amb  
amanida (enciam, tomàquet  
i blat de moro)  
Fruita del temps

Dilluns 21

(\* Pasta sense gluten  
napolitana (salsa de  
tomàquet i orenga)  
(\* Gall dindi al forn amb  
amanida (enciam i tomàquet)  
(sense pipes de gira-sol)  
Fruita del temps

Dilluns 28

Llenties amb arròs  
Truita de formatge amb  
amanida de pastanaga  
ratllada i col llombarda  
Fruita del temps

Dimarts 1

Arròs amb tomàquet  
(\* Mandonguilles mixtes  
(sense gluten) a la  
jardineria (pèsols i  
pastanaga)  
Fruita del temps

Dimarts 8

Amanida andalusa (patata,  
tonyina, pebrot i olives)  
Salsitxes de porc amb  
tomàquet provençal  
(només herbes provençals)  
Fruita del temps

Dimarts 15

Amanida d'arròs  
(pastanaga, blat de moro i  
olives)  
Truita d'espínacs amb  
carbassó al forn  
Fruita del temps

Dimarts 22

Mongeta verda amb patata  
Truita francesa amb saltat  
de verdures (carbassó, ceba  
i pebrot)  
Fruita del temps

Dimarts 29

(\* Espínacs a la crema  
(sense gluten)  
Llom adobat al forn amb  
patates fregides  
Fruita del temps

Dimecres 2

(\* Pasta sense gluten  
carbonara (llet, farina de blat  
de moro, formatge i bacó)  
Gall dindi al forn amb  
amanida (enciam, blat de  
moro i tomàquet)  
Fruita del temps

Dimecres 9

Bròquil i pastanaga  
(\* Estofat de gall dindi  
amb patates (sense gluten)  
Fruita del temps

Dimecres 16

Mongetes blanques amb  
sofregit  
Llom al forn amb amanida  
(enciam, tomàquet i pipes  
de gira-sol)  
Fruita del temps

Dimecres 23

Cigrons amb porro i pastanaga  
(\* Hamburguesa mixta  
(sense gluten) amb ceba i  
formatge i amanida  
(tomàquet, cogombre i blat  
de moro)  
Fruita del temps

Dimecres 30

Sopa de picadillo (arròs, ou  
dur i pernil)  
(\* Pollastre arrebossat  
(sense gluten) amb amanida  
(enciam, tomàquet i pipes de  
girasol)  
Fruita del temps

Dijous 3

Amanida russa (patata,  
pastanaga, mongeta verda, ou dur i  
maionesa)  
(\* Lluç arrebossat (sense  
gluten) amb amanida  
(tomàquet, cogombre i blat  
de moro)  
logurt

Dijous 10

(\* Pasta sense gluten a la  
bolonyesa (carn picada mixta  
de porc i vedella, tomàquet i  
formatge)  
Bacallà al forn amb amanida  
(enciam, blat de moro i  
tomàquet)  
(\* Gelat de gel "pirulo"

Dijous 17

(\* Fideus sense gluten a la  
cassola amb verdures  
(pebrot vermell, verd, ceba  
i tomàquet)  
Lluç al forn amb ceba i  
patata  
logurt

Dijous 24

Arròs tres delícies (pèsols,  
pastanaga i blat de moro)  
Peix fresc segons mercat amb  
samfaina (albergínia, pebrot i  
tomàquet)  
logurt

Dijous 31

**MENÚ DE CASTANYADA**  
Crema de carbassa  
(\* Guisat de vedella amb  
bolets  
(\* Pastís especial

Divendres 4

Llenties amb arròs  
(pastanaga i pebrot)  
Contracuixa de pollastre  
amb salsa barbacoa  
Fruita del temps

Divendres 11

Cigrons amb tomàquet i ou  
dur  
Pollastre al forn amb  
amanida (enciam,  
pastanaga i olives)  
Fruita del temps

Divendres 18

Minestra de verdures  
(mongeta verda, pastanaga,  
pèsols i coliflor)  
(\* Escalopa de pollastre  
milanesa (sense gluten)  
amb amanida (tomàquet,  
cogombre i blat de moro)  
Fruita del temps

Divendres 25

Amanida alemanya (patata,  
Frankfurt, ceba i maionesa)  
Pollastre a l'allet amb  
amanida (enciam, pastanaga  
i olives)  
Fruita del temps

