



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 panellets... 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 Panellets!

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

ESCOLA MARE DE DEU
DE LA SOLEDAT
SALESIANES DE SANT
ANDREU
SENSE LLENTIES

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
Canelons de carn
Fruita del temps

Dilluns 21

Macarrons napolitana (salsa
de tomàquet i orenga)
Croquetes de pollastre amb
amanida (enciam, tomàquet i
pipes de gira-sol)
Fruita del temps

Dilluns 28

(*) Pasta saltada amb verdures
Truita de formatge amb
amanida de pastanaga
ratllada i col llombarda
Fruita del temps

Dimarts 1

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

Dimarts 8

Amanida andalusa
(patata, tonyina, pebrot i
olives)
Salsitxes de porc amb
tomàquet provençal
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

Espinacs a la crema
Llom adobat al forn amb
patates fregides
Fruita del temps

Dimecres 2

Llacets carbonara (llet, 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
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 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 amb
amanida (enciam, tomàquet i
pipes de girasol)
Fruita del temps

Dijous 3

Amanida russa (patata,
pastanaga, mongeta verda,
ou dur i maionesa)
Varetes de lluç amb amanida
(tomàquet, cogombre i blat
de moro)
logurt

Dijous 10

Macarrons 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 tarrina de nata i
maduixa

Dijous 17

Fideus 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

Divendres 4

(*) Crema de verdures
Contraçuixa 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 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

endermar

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar
Empresa certificada ISO 9001.

**Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o
religiós**

