



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 OU

Dilluns 7

(*) Arròs amb bolets
(*) Lluç al forn amb 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 ou napolitana (salsa de tomàquet i orenga)
(*) Gall dindi al forn amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de gira-sol)
Fruita del temps

Dilluns 28

Llenties amb arròs
(*) Perca al forn amb amanida de pastanaga ratllada i col llombarda
Fruita del temps

Dimarts 1

Arròs amb tomàquet
(*) Mandonguilles mixtes (sense ou) a la jardinera (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)
(*) Perca al forn amb carbassó al forn
Fruita del temps

Dimarts 22

Mongeta verda amb patata
(*) Bacallà al forn amb saltat de verdures (carbassó, ceba i pebrot)
Fruita del temps

Dimarts 29

(*) Espinacs a la crema (sense formatge)
Llom adobat al forn amb patates fregides
Fruita del temps

Dimecres 2

(*) Pasta sense ou carbonara (llet, farina de blat de moro i bacó) (sense formatge)
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 (sense ou) amb ceba (sense formatge) i amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro)
Fruita del temps

Dimecres 30

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

Dijous 3

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

Dijous 10

(*) Pasta sense ou a la bolonyesa (carn picada mixta de porc i vedella i tomàquet) (sense formatge)
Bacallà al forn amb amanida (enciam, blat de moro i tomàquet)
Gelat de tarrina de nata i maduixa

Dijous 17

(*) Fideus sense ou 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 (sense 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 (sense ou) amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro)
Fruita del temps

Divendres 25

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

