



ESCOLA MARE DE DÉU DE LA SOLETAT SALESIANES DE SANT ANDREU

SENSE FRUITS SECS



Ditxós és el mes de desembre, que entra amb llardons i surt amb torróns

Ja tenim el Nadal a taula!
És el moment perfecte per a gaudir d'un bon menjar en família.

Uns dies abans de Nadal, a moltes llars, el pessebre ja està decorat amb noves figures, s'ha col·locat el riu, els Reis mags, els pastorets i les ovelles...

A més dels regals, el Nadal té un fort component gastronòmic:
Tota la família es reuneix al voltant d'una taula per a gaudir d'un menjar, gairebé sempre abundant, on no pot faltar l'escudella, la carn d'olla, el pollastre rostit, les neules, els torróns, el vi i el cava.

Aquests exquisits menjars casolans poques vegades es tornen a repetir al llarg de l'any. Sovint, les sobretaulas del dia de Nadal es perllonguen fins al sopar.

I després de Nadal, és hora d'esperar als reis mags i despertar amb la il·lusió que ens portaran els regals que vam demanar a la nostra carta.
Si no ens portem bé, els reis poden portar-nos carbó.

Feliç nadal i bon profit!

Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
Patates saltades amb pernil i formatge Truita francesa amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) Fruita del temps	Fabada asturiana (mongetes blanques amb xoriço i botifarra negra) (* Lluç a la planxa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Macarrons amb tomàquet, ceba i formatge (* Pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)(sense pipes de girasol) Fruita del temps	Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga i truita) Bacallà amb tomàquet i amanida (enciam i olives) logurt	FESTIU
Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
Llenties amb arròs Truita de formatge amb amanida de pastanaga ratllada i col llombarda Fruita del temps	Espinacs a la crema Llom adobat al forn amb patates fregides Fruita del temps	Sopa de picadillo (arròs, ou dur i pernil) (* Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i tomàquet)(sense pipes de girasol) Fruita del temps	Llacets a la carbonara (nata, ceba i xampinyons) Marmitako de tonyina logurt	Crema de carbassa Botifarra d'au amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) Fruita del temps
Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
Patates estofades amb hortalisses (porro i pastanaga) (* Llom a la planxa amb amanida (enciam romana, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	Puré de carbassó Mandonguilles mixtes amb sofregit de tomàquet i timbal d'arròs Fruita del temps	Cigrons saltats amb bacó Truita de patates amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	Arròs a la cassola amb verdures (carbassó i carbassa) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) Fruita del temps	MENÚ DE NADAL Sopa de galets amb pilota Pollastre al forn amb panses i prunes (* Postra especial i refrescs



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

* Tenim al seu abast el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat a la seva disposició a l'escola

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