



## ESCOLA LES ARRELS - DESEMBRE 2018 - NO CARN CEIP

1

**dll** 3  
Arròs blanc amb tomata  
(salsa tomata natural)  
Filet de lluç planxa  
  
Enciam, blat de moro i soja  
Fruita

**dm** 4  
Crema de verdura  
  
Cigrons amb patata i espinacs  
  
Enciam, tomata, olives verdes  
Fruita

**dc** 5  
Fideuà  
(amb fumet de peix i sípia)  
Trita francesa  
  
Enciam, tomata i pastanaga  
Pa integral i fruita

**dj** 6  
  
**Festa**

**dv** 7  
  
**Festa**

2

**dll** 10  
Crema de verdura  
  
Llenties guisades amb verdures  
  
Enciam, pastanaga i blat de moro  
Fruita

**dm** 11  
Arròs amb verdures  
(carbassó, bolets i pastanaga)  
Filet abadejo al forn  
(amb ceba)  
  
Enciam, blat de moro i soja  
logurt cooperativa

**dc** 12  
Crema de carbassa natural  
(carbassa, pastanaga i patata)  
Hamburguesa vegetal  
  
Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres  
Pa integral i fruita

**dj** 13  
Macarrons integrals italiana  
  
Trita de carbassó  
  
Enciam, tomata, olives verdes  
Fruita

**dv** 14  
Patata, mongeta, pastanaga bullits  
  
Bacallà amb samfaina  
(ceba, pebrot, carbassó, albergínia i tomata)  
Enciam, pastanaga i olives verdes  
Pa integral i fruita

3

**dll** 17  
Espaguetis italiana  
(salsa tomata natural)  
Lluç a la romana  
  
Enciam, pastanaga i blat de moro  
Fruita

**dm** 18  
Crema de llegums  
(cigrons, patata, pastanaga i ceba)  
Quinoa saltejada amb xampinyons  
  
Enciam, tomata, olives verdes  
Fruita

**dc** 19  
Arròs quatre gustos.  
(pastanaga, pèsol, truita i blat moro)  
Caella guisada amb patates  
  
Enciam, tomata i pastanaga  
Pa integral i fruita

**dj** 20  
Mongeta seca bullida amb patata  
  
Trita de formatge  
  
Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres  
logurt natural

**dv** 21  
Sopa vegetal de fideus  
(brou verdures natural i fideus)  
Canelons de tonyina  
  
Enciam, blat de moro i soja  
Pa integral, torró i refresc

4

**dll** 24

**dm** 25

**dc** 26

**dj** 27

**dv** 28

5

**dll** 31

**dm**

**dc**

**dj**

**dv**