

MENÚ NOVEMBRE 2017

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

ESCOLA BRESSOL VALDORÈIX

	De l'1 al 3 de novembre	Del 6 al 10 de novembre	Del 13 al 17 de novembre	Del 20 al 24 de novembre	Del 27 al 30 de novembre
DILLUNS		ESPIRALS A LA NAPOLITANA TRUITA DE PERNIL amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	MACARRONS BOLONYESA HAMBURGUESA VEGETAL amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	CREMA DE VERDURES TRUITA DE PATATES amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET TRUITA DE FORMATGE amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i ou
DIMARTS		MONGETA VERDA AMB PATATA HAMBURGUESA DE PORC amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps Sopar: arròs i peix blanc	CREMA DE PASTANAGA TRUITA DE CARBASSÓ amb motlle d'arròs Pa i fruita del temps Sopar: pasta i peix blanc	BRÒQUIL AMB PATATA ESTOFAT DE VEDELLA AMB BOLETS Pa i fruita del temps Sopar: arròs i peix blau	CREMA DE PORROS MANDONGUILLES A LA JARDINERA amb motlle d'arròs Pa i fruita del temps Sopar: arròs i peix blau
DIMECRES	FESTIU	CIGRONS ESTOFATS POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i ou	MONGETES BLANQUES ESTOFADES GALL D'INDI AL FORN amb enciam i olives Pa i fruita del temps Sopar: verdura i ou	SOPA AMB PISTONS CUIXES DE POLLASTRE AL FORN amb enciam i tomàquet Pa i iogurt Sopar: verdura i carn blanca	CIGRONS AMB VERDURES GALL D'INDI A LA LLIMONA amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca
DIJOUS	TALLARINES AMB TOMÀQUET TRUITA DE VERDURES amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	ARRÒS A LA CASSOLA LLUÇ AL FORN amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps Sopar: verdura i carn blanca	ARRÒS A LA MILANESA CARN MAGRE DE PORC AL FORN amb enciam i tomàquet Pa i iogurt Sopar: verdura i carn blanca	ARRÒS AMB VERDURES BACALLÀ AL FORN amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc	ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps Sopar: verdura i peix blanc
DIVENDRES	LLENTIES AMB VERDURES POLLASTRE AL FORN amb enciam i tomàquet Pa i iogurt Sopar: verdura i peix blau	ESCUDELLA AMB GALETS GALL D'INDI ARREBOSSAT CASOLÀ amb enciam i cogombre Pa i iogurt Sopar: verdura i peix blau	SOPA DE BROU D'AU AMB ESTRELLETES LLUÇ AL FORN amb patata i pastanaga forn Pa i fruita del temps Sopa: verdura i llegum	LLENTIES GUISADES CROQUETES DE POLLASTRE amb cogombre i enciam Pa i fruita del temps Sopar: : verdura i ou	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: els cigrons, lleties i mongetes seques, arròs, pasta i un cop al mes la verdura, el iogurt i la fruita.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat

Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda

Les carns que oferim són de granges de proximitat i un 25% de la carn i el pollastre són ecològics.

Segueix-nos a les xarxes socials
Descobreix cada mes el consell nutricional a blog.teno.cat



MENÚ TRITURAT NOVEMBRE 2017

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

ESCOLA BRESSOL VALDORÈIX

	De l'1 al 3 de novembre	Del 6 al 10 de novembre	Del 13 al 17 de novembre	Del 20 al 24 de novembre	Del 27 al 30 de novembre
DILLUNS		SÈMOLA AMB VERDURETES AMB TRUITA Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA I TROSSETS DE PEIX BLANC Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES AMB TRUITA Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES AMB TRUITA Fruita triturada
DIMARTS		VERDURETES DE TEMPORADA AMB VEDELLA Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES AMB TRUITA Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB VEDELLA Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB VEDELLA Fruita triturada
DIMECRES	FESTIU	PURÉ DE CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES AMB POLLASTRE	VERDURETES DE TEMPORADA AMB GALL D'INDI Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB POLLASTRE Fruita triturada	PURÉ DE CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES I GALL D'INDI
DIJOUS	SÈMOLA AMB VERDURETES AMB TRUITA Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES I TROSSETS DE PEIX BLANC Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB VEDELLA Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES I TROSSETS DE PEIX BLANC Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES I TROSSETS DE PEIX BLANC Fruita triturada
DIVENDRES	PURÉ DE LLENTIES AMB VERDURES I POLLASTRE	VERDURETES DE TEMPORADA AMB GALL D'INDI Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES I TROSSETS DE PEIX BLANC Fruita triturada	PURÉ DE LLENTIES AMB VERDURES I POLLASTRE	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: els cigrons, lleties i mongetes seques, arròs, pasta i un cop al mes la verdura, el iogurt i la fruita.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat

Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda

Les carns que oferim són de granges de proximitat i un 25% de la carn i el pollastre són ecològics

Segueix-nos a les xarxes socials
Descobreix cada mes el consell nutricional a blog.teno.cat



BERENARS A PARTIR DE 9 MESOS 2017-2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/01186

ESCOLA BRESSOL DE VALLDOREIX

	SETMANA 1	SETMANA 2	SETMANA 3	SETMANA 4	SETMANA 5
DILLUNS	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI
DIMARTS	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE FORMATGE TENDRE	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE FORMATGE TENDRE	IOGURT AMB CEREALS
DIMECRES	PA AMB XOCOLATA AMB CACAO AL 70%	IOGURT AMB COCA CASOLANA	PA AMB XOCOLATA AMB CACAO AL 70%	IOGURT AMB COCA CASOLANA	PA AMB XOCOLATA AMB CACAO AL 70%
DIJOUS	IOGURT AMB CEREALS	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI	IOGURT AMB CEREALS	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI	FRUITA, PA I LLONGANISSA
DIVENDRES	FRUITA, PA I TALL DE FORMATGE TENDRE	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE FORMATGE TENDRE	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	IOGURT AMB PA DE PESSIC CASOLÀ

BERENARS FINS A 9 MESOS 2017-18

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/01186

ESCOLA BRESSOL DE VALLDOREIX

	SETMANA 1	SETMANA 2	SETMANA 3	SETMANA 4	SETMANA 5
DILLUNS	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT
DIMARTS	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT
DIMECRES	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT
DIJOUS	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT
DIVENDRES	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT