



Escola José Echegaray



Menú setembre 2025



Revisat per Sònia Rosell Ferrer - CAT001844

Dilluns 8	Dimarts 9. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Arròs a la napolitana amb sofregit de tomàquet i orenga Trita de patata i ceba (O) amb niu d'enciam Fruita ECO de temporada	Cigrons ECO estofats Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, S, L, A, M) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Macarrons integrals gratinats (B, O, S, L, W) amb formatge ratllat Lluç al forn amb all i julivert (P, M) amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel (L)	FESTIU	Estofat de llenties ECO (B) Pernillets al forn a les herbes provençals amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Fideuà de verdures ECO (B, W, S, O) Croquetes de bacallà (B, C, O, P, S, L, A, W, M) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Estofat de mongetes blanques ECO Trita de xampinyons (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO (D) Mandonguilles de vedella ecològiques amb salseta i patates (D) Fruita ECO de temporada	Crema de carbassó ECO (D) Pollastre a l'ast amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel (L)	Arròs amb salsa de verdures Peix fresc segons mercat (P, M, C) Fruita ECO de temporada
Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26. Dia de proteïna vegetal
Llenties ECO amb sofregit de verdures (B) Trita de carbassó (O) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Broquil ECO amb patata (D) Llom de porc amb salsa de tomàquet Fruita ECO de temporada	Crema de pastanaga ECO (D) amb crostonets de pa (B, F, K, L, S, G) Pollastre amb salsa de ceba amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Arròs de verdures de temporada Adabejo a la llimona (P) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Espirals integrals amb bolonyesa de llenties ECO (B, W, S, O) Empanda vegetal al forn (B) Fruita ECO de temporada
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 1. Dia de proteïna vegetal	Dijous 2	Divendres 3
Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons (B, O, S, L, W) Filet de maira fregidet (B, S, P) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de carbassa ECO (D) Pollastre al romaní amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Tricolor de verdura (D) mongeta verda, pastanaga i patata Hamburguesa vegetal (B, O, L, A) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO estofades Trita de patata i ceba (O) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Amanida d'arròs (D, O, L) Fogoner al forn amb tomàquet (P) logurt ECO a granel (L)

VERDURES DE TEMPORADA

Albergínia,
tomàquet, bledes,
carabassa, enciam,
ceba, mongeta
verda, blat de moro,
cogombre, pebrot,
porro, pastanaga,
carbassó, espínacs,
rave, remolatxa



FRUITES DE TEMPORADA

Poma, pera, meló,
préssec, raïm,
nectarina, síndria,
pruna, plàtan, figues

