OCTUBRE 2025

# Escola Mare de Déu de Núria

## MENÚ NO PEIX NO MARISC

core RESTAURACIÓ

corerestauracio.com
@corerestauracio
@COREstauracio

| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|---|---|---|---|---|
| | | 1<br>Llenties estofades amb verdures[1]<br>(pastanaga,ceba,carbassó)<br>Botifarra de porc[12]<br>**Enciam ecològic** i cogombre<br>Pa[1] i fruita | 2<br>Espirals amb salsa tomàquet[1,3]<br>Truita francesa[3]<br>**Enciam ecològic** i olives<br>Pa[1] i fruita | 3<br>Bròquil amb patates<br>Gall dindi al curry<br>**Enciam ecològic** i blat de moro<br>Pa[1] i fruita |
| 6<br>Mongeta tendra i patata<br>Truita francesa[3]<br>**Enciam ecològic** i pastanaga<br>Pa[1] i iogurt artesà[7] | 7<br>Arròs amb verdures<br>(carbassó,pastanaga,porro)<br>Hamburguesa de vedella al forn[12]<br>**Enciam ecològic** i olives<br>Pa[1] i fruita | 8<br>Patates estofades amb verdures<br>(tomàquet,pastanaga,ceba,pèsols)<br>Truita d'espinacs[3]<br>**Enciam ecològic** i blat de moro<br>Pa[1] i fruita | 9<br>Bullit de cigrons amb verdures<br>Gall dindi a la taronja<br>**Enciam ecològic** i espàrrecs<br>Pa[1] i fruita | 10<br>Lliure disposició |
| 13<br>Llenties ecològiques amb verdures[1]<br>(pastanaga,porro,carbassó)<br>Truita de patata[3]<br>**Enciam ecològic** i olives<br>Pa[1] i iogurt artesà[7] | 14<br>Coliflor amb patata<br>Hamburguesa de vedella planxa[12]<br>**Enciam ecològic** i espàrrecs<br>Pa[1] i fruita | 15<br>Arròs tres delícies<br>(pèsols,blat de moro,pastanaga)<br>Gall dindi estofat amb verdures<br>Tomàquet,ceba pebrot<br>Pa[1] i fruita | 16<br>Crema de carbassó<br>Pollastre a l'ast<br>**Enciam ecològic** i blat de moro<br>Pa[1] i fruita | 17<br>Brou d'au amb pasta[1,3,9]<br>Mandonguilles de vedella a la jardinera[12]<br>(m. tendra,pastanaga, pèsols,patata)<br>Pa[1] i fruita |
| 20<br>Arròs amb salsa tomàquet<br>Pollastre a la planxa<br>**Enciam ecològic** i pastanaga<br>Pa[1] i iogurt artesà[7] | 21<br>Mongeta tendra i patata<br>Hamburguesa de vedella al forn[12]<br>**Enciam ecològic** i tomàquet<br>Pa[1] i fruita | 22<br>Macarrons amb salsa de formatge[1,3,7]<br>Gall dindi a la jardinera<br>(m. tendra,pastanaga, pèsols,patata)<br>Pa[1] i fruita | 23<br>Mongetes estofades amb verdures<br>(pebrot,tomàquet,ceba)<br>Truita de carbassó[3]<br>**Enciam ecològic** i olives<br>Pa[1] i fruita | 24<br>Crema de carbassó<br>Pollastre al forn<br>**Enciam ecològic** i blat de moro<br>Pa[1] i fruita |
| 27<br>Arròs tres delícies<br>(pèsols,pastanaga,blat de moro)<br>Truita de patates[3]<br>**Enciam ecològic** i blat de moro<br>Pa[1] i iogurt artesà[7] | 28<br>Macarrons ecològics amb salsa de tomàquet[1,3]<br>Hamburguesa de vedella[12]<br>**Enciam ecològic** i olives<br>Pa[1] i fruita | 29<br>Cigrons estofats amb verdures<br>(ceba, tomàquet, pebrot)<br>Pollastre adobat<br>**Enciam ecològic** i cogombre<br>Pa[1] i fruita | 30<br>Bledes amb patata<br>Llom amb allada<br>**Enciam ecològic** i pastanaga<br>Pa[1] i fruita | 31<br>La Castanyada<br>Crema de carbassa i moniato<br>Saltat de gall dindi amb verduretes<br>pastanaga, carbassó,porro<br>Patates xips<br>Pa[1] i fruita |

Tots els àpats són cuinats amb **oli d'oliva**; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic.

Dos cops a la setmana es serveix **pa integral.**

ECO

Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites **ecològiques**

Aquest mes les fruites que es serviran de postres seran: **poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de l'**Agència de Salut Pública de Catalunya**

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies

**PRODUCTES DE PROXIMITAT**

**PRODUCTES DE TEMPORADA**

**PEIX FRESC SEGONS MERCAT**