



ESCOLA BRESSOL  
EL GARGOT

SENSE OU

# Novembre



DE L'1 AL 4 DE NOVEMBRE

DEL 7 AL 11 DE NOVEMBRE

DEL 14 AL 18 DE NOVEMBRE

DEL 21 AL 25 DE NOVEMBRE

DEL 28 AL 30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB VERDURES  
**TRUITA S/OU AMB VERDURES (amb farina de cigrons)**  
amb carbassó arrebossat  
**S/OU**  
Fruita del temps

ESPAGUETIS **S/OU** AMB SOFREGIT DE VERDURES  
**TRUITA S/OU AMB CARBASSÓ (amb farina de cigrons)**  
amb amanida i pastanaga  
Fruita del temps

ARRÒS DE MUNTANYA (amb xampinyons i salsitxa\*)  
  
I AMANIDA  
  
Fruita del temps

MACARRONS **S/OU** A LA BOLONYESA  
  
I AMANIDA  
  
Fruita del temps

DIMARTS

FESTIU

LLENTIES GUISADES AMB VERDURES I ARRÒS (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i verd)  
**PEIX PLANXA**  
amb amanida  
Fruita del temps

VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA  
GALL D'INDI AL FORN AMB CEBA I POMA  
amb amanida i remolatxa  
Fruita del temps

SANTA CECILIA DIA DE LA MÚSICA!!  
SOPA AMB **PASTA S/OU** CUIXES DE POLLASTRE AL FORN  
amb patata caliu  
**FRUITA DEL TEMPS**

CREMA DE MONGETA BLANCA I VERDURES  
**TRUITA S/OU AMB VERDURES (amb farina de cigrons)**  
amb amanida  
  
Fruita del temps

DIMECRES

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
  
**TRUITA S/OU AMB VERDURES (amb farina de cigrons)**  
Amb amanida  
Fruita del temps

VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA  
POLLASTRE AL FORN amb amanida  
  
Fruita del temps

SOPA DE **PASTA S/OU**  
VEDELLA ESTOFADA AMB PATATA I PASTANAGA  
  
Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA  
BUNYOLS **S/OU** DE BACALLÀ CASOLANS amb amanida  
Fruita del temps

ARRÒS TRES DELICIES **S/OU**  
LLUÇ AL FORN amb amanida  
  
Fruita del temps

DIJOUS

SOPA DE **PASTA S/OU** I QUINOA  
  
POLLASTRE **ARREBOSSAT S/OU** amb patata al forn  
  
logurt

SOPA DE **BROU D'AU** AMB PASTA **S/OU**  
  
LLUÇ AMB SALSETA AMB PASTANAGA I PATATA  
  
logurt

ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET I PASTANAGA CASOLANA  
  
CROQUETES **S/OU** DE POLLASTRE CASOLANES amb amanida  
logurt

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES  
  
**PEIX PLANXA**  
amb amanida i pastanaga  
  
logurt

DIVENDRES

MONGETA BLANCA SALTADES AMB VERDURES  
  
LLENGUADINA AL FORN amb amanida i remolatxa  
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA  
  
GALL D'INDI ESTOFAT amb cuscús\*  
  
Fruita del temps

CIGRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES  
  
LLUÇ AL FORN amb amanida  
  
Fruita del temps

CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA  
  
GALL D'INDI ESTOFAT amb amanida i pastanaga  
  
Fruita del temps



Els aliments ecològics que utilitzem són: 100% de les llegums, l'arròs, la pasta, les hortalisses, la fruita i el iogurt  
Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat.  
Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

@tenomenjadors @Teno\_menjadors @tenomenjadors



**Teno**  
Cuina i lleure de proximitat