

EBM EL BLAUET

MENÚ TEMPORADA DE FRED- NOVENBRE 2025

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

EXCELEN^{TE} RC

3	4	5	6	7
Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1)	Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta integral ECO amb brou de peix natural (1,2,4,6,9,10,13)	Crema de pèsols ECO amb rostes de pa (1)	Mongeta tendra amb patates ECO al vapor
Mongetes vermelles ECO estofades amb verdures (mongeta tendra, pebrot vermell i patata)	Bacallà al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (4)	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges)	Remenat d'ou amb xampinyons i amanida de col lombarda i tomàquet a daus ECO (3)	Cigrons ECO estofats amb verdures (carbassa i ceba tendra)
Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral
10	11	12	13	14
	Llenties estofades amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) (1) ECO	Llacets integrals ECO a la napolitana (1)	Crema de patata i remolatxa ECO amb rostes de pa (1)	Verdura tricolor ECO (Bròquil, patates i pastanaga) al vapor
	Truita de patates amb amanida d'enciam ECO (3)	Filet de salmó a la planxa amb amanida de pebrot verd i cogombre (4)	Estofat de xai amb verdures (albergínia, carbassó i tomàquet)	Llenties estofades amb arròs (pastanaga, pebrot vermell i all) (1) ECO
	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral
17	18	19	20	21
Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet	Crema de pèsols ECO amb rostes de pa (1)	Espirals integrals ECO saltejats amb porro i gratinats amb formatge (1,3,7)	Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, pèsols)	Crema de coliflor i nap ECO amb rostes de pa casolanes (1)
Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4)	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO	Ous remenats amb carbassó i amanida de tomàquet a daus ECO (3)	Llenties estofades amb arròs (1) ECO	Fricandó de vedella amb bolets variats
Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral
24	25	26	27	28
Crema de nap i pastanaga amb rostes de pa casolanes (1)	Mongeta tendra amb patata al vapor ECO	Paella de verdures de temporada (col, pastanaga i porro) ECO	Sopa de pasta integral ECO amb brou de pollastre natural (1,6,9,10)	Crema de mongeta blanca ECO amb rostes de pa casolanes (1)
Gall d'indi estofat amb ceba, tomàquet i patata ECO	Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet)	Cuetes de rap en salsa verda amb amanida de canonges (4)	Llenties saltejades amb verdures ECO (carbassa, tomàquet i ceba) i amanida d'enciam juliana (1)	Truita francesa amb amanida de tomàquet a daus ECO (3)
Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral	Fruita de temporada ECO + pa integral
DILLUNS	DIMARTS	BERENAR DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb formatge d'untar (1,3,7) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Pa integral amb tomàquet i formatge fresc (1,3,7) + fruita



Carla Vicens Martí
n.º col. CAT 001407