



endermar

TEMPORADA
TARDOR- HIVERN
2020- 2021
**CEE MONTSERRAT
MONTERO**

Set. 1
2/11
14/12
8/02
22/03

Dilluns

Llegums amb arròs
Truita de formatge amb
amanida
Fruita del temps

Dimarts

Verdura bullida/ saltada
Llom adobat al forn amb
patates fregides
logurt

Dimecres

Sopa de picadillo
Pollastre arrebossat amb
amanida
Fruita del temps

Dijous

Pasta a la carbonara
Marmitako de peix
Fruita del temps

Divendres

Crema de carbassa
Botifarra d'au amb amanida
Fruita del temps

Set. 2
9/11
21/12
4/01
15/02
5/04

Dilluns

Patates estofades amb
hortalisses (porro i pastanaga)
Bunyols de bacallà amb
amanida
Fruita del temps

Dimarts

Puré de carbassó
Mandonguilles mixtes amb
sofregit de tomàquet i timbal
d'arròs
Fruita del temps

Dimecres

Fideuà marinera
Truita de patates amb
amanida
Fruita del temps

Dijous

Llegums saltades amb bacó
Pollastre a la farigola al
forn amb verdures
Fruita del temps

Divendres

Arròs a la cassola amb
verdures
Peix al forn amb amanida
Làctic

Set. 3
16/11
11/01
22/02
12/04

Dilluns

Crema de verdures de
temporada
Canelons amb salsa de
xampinyons
Fruita del temps

Dimarts

Llegums estofades amb
vegetals (carbassó i
pastanaga)
Truita de tonyina amb
amanida
logurt

Dimecres

Verdura amb patata
Ragú de vedella
Fruita del temps

Dijous

Sopa de fideus
Peix arrebossat amb
amanida
Fruita del temps

Divendres

Rissoto de porro i carbassa
Pollastre rostit amb
amanida
Fruita del temps

Set. 4
23/11
18/01
1/03
19/04

Dilluns

Pasta a la bolonyesa
Truita de carbassó amb
amanida
Fruita del temps

Dimarts

Crema de verdures
Llom amb suau salsa de curry
i cuscús saltat
logurt

Dimecres

Sopa de peix amb arròs
Estofat de gall dindi amb
patata
Fruita del temps

Dijous

Llegums amb espinacs
Peix al forn amb amanida
Fruita del temps

Divendres

Coliflor amb patata
Pollastre al forn amb
amanida
Fruita del temps

Set. 5
30/11
25/01
8/03
26/04

Dilluns

Llegums estofades amb
magra de porc
Ous a la aurora
Fruita del temps

Dimarts

Trinxat de la Cerdanya
Hamburguesa mixta amb
amanida
Flam/ Natilles

Dimecres

Crema de verdura
Wok de pollastre amb
amanida
Fruita del temps

Dijous

Arròs amb salsa de tomàquet
Peix a la marinera amb
amanida
Fruita del temps

Divendres

Escudella amb galets
Carn d'olla
Fruita del temps

Set. 6
7/12
1/02
15/03

Dilluns

Patates saltades amb pernil
i formatge
Truita francesa amb amanida
Fruita del temps

Dimarts

Llegums estofades
Croquetes de pernil amb
verdures
logurt

Dimecres

Pasta saltada amb bròquil,
ceba i formatge
Pollastre al forn amb
amanida
Fruita del temps

Dijous

Arròs 3 delícies
Peix amb tomàquet i
amanida
Fruita del temps

Divendres

Tricolor de verdures
Estofat de vedella amb
xampinyons
Fruita del temps

Menús elaborats per l'equip
de nutrició i dietètica
d'Endermar.

Empresa certificada ISO
9001, 14001 i 22000.

Es variarà el peix entre
productes sense espines
limanda, tilàpia i lluç.

Es variarà la fruita dia a dia
segons la temporada i
proximitat

