



MENJADOR  
CA LA ROSA

# Novembre 2020



gestio@menjadorcalearosa.com



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>2</b></p> <p>Caldo vegetal Arròs integral amb salsa de bolets Trita d'espínacs amb amanida de pastanaga i brots Fruita del temps Sopar: peix blanc al forn amb moniato i verdures. Fruita</p>	<p><b>3</b></p> <p>Caldo de peix (sense arròs) Dips de pastanaga amb olivada i hummus Lasanya casolana de soja text i verdures. Fruita de temps Sopar: Cuscús integral amb verdures i vedella. Fruita</p>	<p><b>4</b></p> <p>Sopa de verdures Macarrons amb salsa de tomàquet Pollastre a la catalana Fruita Sopar: Amanida d'arròs integral, hamburguesa de llegums i fruita.</p>	<p><b>5</b></p> <p>Sopa de poma Trinxat de patata i col (sense cansalada) Lluç amb ceba i tomàquet al forn logurt natural Sopar: empedrat de llegums amb hortalisses i ou dur. Fruita</p>	<p><b>6 CUMPLE</b></p> <p>Hamburguesa completa de vedella amb patates fregides Cookies Sopar: Amanida de quinoa, verdures i fruits secs. Fruita</p>
<p><b>9</b></p> <p>Brou de pollastre Amanida de tres grans amb tomàquet natural, pastanaga i carabassó Remenat d'ou amb bolets Fruita de temps sopar: Pizza integral casolana de verdures i verat, fruita</p>	<p><b>10</b></p> <p>Brou de verdures Arròs integral amb carabassa, col, tomàquet i ceba Bacallà al forn amb llit de ceba, amb amanida d'enciam i pastanaga logurt natural Sopar: verdura amb patata, pollastre a i fruita.</p>	<p><b>11</b></p> <p>Caldo vegetal Pasta integral amb sofregit de tomàquet cassola. Estofat de vedella amb pastanaga i ceba i bolets Fruita de temporada Sopar: empedrat de llegums amb verdures i sèsam, Fruita.</p>	<p><b>12 CUMPLE</b></p> <p>Crema de porro Guacamole amb natxos Empedrat de mongetes blanques Fruita de temporada Sopar: Verdura al vapor, peix blanc i fruita</p>	<p><b>13</b></p> <p>Caldo vegetal Hamburguesa casolana de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada Sopar: amanida de pasta integral amb hortalisses, peix blau i fruita.</p>
<p><b>16</b></p> <p>Sopa de poma Mill amb salsa de pastanaga i carxofa Peix fregit amb amanida de tomàquet i formatge Fruita del temps Sopar: Graellada de verdures, llong de porc a la planxa i fruita.</p>	<p><b>17</b></p> <p>Sopa de miso, Carabassa al forn amb xampinyons i pipes Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal Fruita del temps Sopar: amanida verda, truita de patates i fruita.</p>	<p><b>18</b></p> <p>Caldo de pollastre Estofat de cigrons amb espínacs Pizza de verdures i formatge Fruita del temps Sopar cuscús integral amb verdures, batut de iogurt amb fruites.</p>	<p><b>19</b></p> <p>Escudella vegetal amb galets Arròs amb salsa de tomàquet i verdures logurt natural Sopar: mill amb verdures carn i sèsam. Fruita</p>	<p><b>20</b></p> <p>Caldo vegetal hamburguesa vegetal completa amb patates fregides Fruita del temps Sopar: Amanida grega, paninis de tomàquet i salmó. Fruita</p>
<p><b>23</b></p> <p>Sopa de verdures Coliflor al forn amb beixamel i formatge Arròs integral amb salsa de tomàquet i pastanaga Fruita del temps Sopar: crema de verdures, croquetes de llegums i fruita.</p>	<p><b>24 CUMPLE</b></p> <p>Crema de carabassa Empedrat de cigrons tomàquet i ou dur Pizza de pernil dolç i formatge Fruita del temps Sopar: Amanida verda i peix blau a la planxa. Fruita</p>	<p><b>25</b></p> <p>Escudella vegetal amb galets Trita de patates i xampinyons amb tomàquet amanit Fruita del temps Sopar: arròs integral amb pernil i blat de moro, peix al forn i fruita.</p>	<p><b>26</b></p> <p>Shorba hadas (sopa de llienties grogues) Estofat de bledes, patata i carabassa. Pollastre arrebossat amb amanida logurt natural Sopar: carabassa farcida amb quinoa i nous. Fruita</p>	<p><b>27 CUMPLE</b></p> <p>Sopa de verdures Hamburguesa completa de vedella amb tomàquet, enciam i formatge Patates al forn Cokkies ca la rosa Sopar: Amanida de cuscús +broqueta de fruita</p>
<p><b>30</b></p> <p>Brou de pollastre Mongeta verdes amb patates Pasta amb salsa de tomàquet soja tex. i verduretes Fruita de temporada Sopar: Amanida d'arròs amb hortalisses i gall d'indi+fruita</p>				

## INFORMACIÓ D'INTERÈS

"Totes les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, les pastes i els làctics utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica certificada CGPAE (Consell Regulador de la Producció Agrària Ecològica)"

Les amanides es fan amb enciams variats, llavors i germinats, eventualment algues i altres ingredients que varien segons temporada com ara: tomàquet, remolàtxa, cogombre i pastanaga. L'oli és de producció ecològica i social.

Els sopars són una recomanació nutricional. Podem fer servir productes de malbaratament.