



## Menú Sòlid (DINARS)

EBM REUS

**NOVEMBRE 2016**

*Fruites i Verdures de tardor-hivern*



Membre col·laborador de:

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	01 novembre <b>FESTIU</b>	02 novembre Macarrons amb tomàquet i formatge Baretes de lluç amb amanida d'enciam i moresc Selecció de fruita de temporada	03 novembre Menestra de verdures (bròquil, pastanaga i patata al vapor) Hamburguesa de pollastre amb tomàquet amanit logurt de sabors de fruita	04 novembre Arròs valencià Gallineta a la 'llanda' amb llunes de tomàquet Selecció de fruita de temporada
07 novembre Espaguetis a la 'napolitana' i formatge fos Daus de vedella a la jardineria Selecció de fruita de temporada	08 novembre Llenties guisades amb verdures de l'horta Limanda al forn amb paisana de carbassó i ceba Selecció de fruita de temporada	09 novembre Crema de carbassó Truita de patata i ceba amb amanida d'enciam, pastanaga i brots de soja Selecció de fruita de temporada	10 novembre Arròs tres delícies Bacallà a la 'tempura' amb samfaina logurt de sabors de fruita	11 novembre Bajoca amb patata al vapor Contraçuixa de pollastre al forn amb tomàquet amanit Selecció de fruita de temporada
14 novembre Arròs amb salsa de tomàquet Llonganissa mixta amb cruditès a l'oli d'oliva (enciam, moresc i brots de soja) Selecció de fruita de temporada	15 novembre Potatge de cigrons amb ceba, pastanaga, porro, api, pebrot i all Pollastre a la milanesa amb tomàquet amanit Selecció de fruita de temporada	16 novembre Fideuà Gallineta al forn amb llunes de tomàquet Selecció de fruita de temporada	17 novembre Crema 'Km0' (carabassa i pastanaga) Daus de gall d'indi estofats al forn amb verdures i patata al caliu logurt de sabors de fruita	18 novembre Sopa de pollastre amb pasta i ou dur Salmó al forn amb cruditès (enciam i pastanaga ratllada) Selecció de fruita de temporada
21 novembre Potatge de fesols amb verdures (carabassa, pastanaga, patata, tomàquet, ceba) Daus de porc estofats al forn amb verdures i patata Selecció de fruita de temporada	22 novembre Macarrons a la bolonyesa 'de casa' Cua de rap al forn amb porro i ceba Selecció de fruita de temporada	23 novembre Crema Vichyssoise Pernillets de pollastre al forn amb verdures i amanida (d'enciam, moresc i remolatxa) Selecció de fruita de temporada	24 novembre Sopa de peix Croquetes de carn d'olla amb tomàquet amanit logurt de sabors de fruita	25 novembre Arròs de 'muntanya' amb verdures i bolets Bacallà al forn amb albergínia arrebossada Selecció de fruita de temporada
28 novembre Llenties guisades amb verdures de l'horta Hamburguesa de pollastre a la planxa amb carbassó al forn i patata al caliu Selecció de fruita de temporada	29 novembre Sopa de carn d'olla amb pasta Limanda a la meunier sobre llit de làmines de verdures i tomàquet al caliu Selecció de fruita de temporada	30 novembre Espirals a la carbonara Daus de vedella a la jardineria Selecció de fruita de temporada		



Tots els ingredients de **color verd** provenen de agricultura ecològica.

La selecció de fruita fresca canvia diàriament entre les varietats de temporada següents: poma, pera, plàtan, taronja.