

Any 2019 -20	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	GENER	FEBRER	MARÇ	ABRIL
Setmana <i>Menú</i>	12 al 13 1	1 al 4 4	4 al 8 4	2 al 5 3	8 al 10 1	3 al 7 5	2 al 6 4	30 al 3 3
Setmana <i>Menú</i>	16 al 20 2	7 al 11 5	11 al 15 5	9 al 13 4	13 al 17 2	10 al 14 1	9 al 13 5	14 al 17 4
Setmana <i>Menú</i>	23 al 27 3	14 al 18 1	18 al 22 1	16 al 20 5	20 al 24 3	17 al 21 2	16 al 20 1	20 al 24 5
Setmana <i>Menú</i>		21 al 25 2	25 al 29 2		27 al 31 4	25 al 28 3	23 al 27 2	27 al 30 1
		28 al 30 3						

NÚMERO TELF.

973281092

[ampajocbola@gmail.com](mailto:ampajocbola@gmail.com)

#### COM FUNCIONEN ELS MENUS?

Tenim el menú de tardor-hivern i el de primavera-estiu. Els menús estan numerats per setmanes, hi han 5 menús diferents. Per una cara tenim la taula dels 5 menús de dilluns a divendres amb el 1r plat i les postres tot especificat. A l'altra cara tenim el calendari amb el número de menú que correspon a cada setmana.

#### FUNCIONS DEL MENJADOR ESCOLAR:

- **Proporcionar** un menjar de qualitat tant des del punt de vista nutricional com des de criteris higiènic, sensorials i educatius.
- **Promoure** hàbits higiènic, alimentaris i de comportament adequats així com promoure també els aspectes socials i de convivència dels àpats.
- **Potenciar** la varietat i la identitat gastronòmica de la zona.

#### OBSERVACIONS:

- La peça de fruita va condicionada a la temporada i mercat. (Exemples: meló, síndria, préssec,...).
- En totes les SITUACIONS ESPECIALS que calgui fer una modificació del menú per motius de salut, caldrà PRESCRIPCIÓ FACULTATIVA.
- Les notificacions de RÈGIM l'haurà de fer SEMPRE el pare, mare o tutor i haurà de ser mitjançant nota a l'agenda o telefònicament a primera hora del matí a la secretaria de l'AMPA.
- Excepcionalment, pot haver canvis al menú a causa de contratemps amb la distribució dels proveïdors i/o motius de mercat.
- Tots els menús van acompanyats de pa i aigua.
- Podeu consultar la web de l'AMPA ([www.ampajocbola.com](http://www.ampajocbola.com)) per estar informats en tot moment dels canvis que es puguin produir a última hora.

# MENÚ DE TARDOR-HIVERN ACTUALITZAT



2019-2020

	<b>Setmana 1</b>	<b>Setmana 2</b>	<b>Setmana 3</b>	<b>Setmana 4</b>	<b>Setmana 5</b>
<b>DILEGNE</b>	<p><b>Fideus a la cassola</b> amb pebrot verd i vermill, ceba, alls, pastanaga, pèsols i costella.</p> <p><b>Bacallà al forn</b> amb enciam, tomàquet cru, olives</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Verdura:</b> mongeta tendra, pastanaga i patata.</p> <p><b>Carn magra a la planxa</b> amb tomàquet al forn/tomàquet cru i enciam.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Espaguetis</b> amb salsa de tomàquet, ceba i picada de vedella.</p> <p><b>Bacallà al forn</b> amb enciam.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Macarrons</b> amb ceba, salsa de tomàquet i picada de vedella.</p> <p><b>Bacallà al forn</b> amb enciam i tomàquet cru.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Espaguetis</b> amb salsa de tomàquet, ceba i picada de vedella.</p> <p><b>Bacallà al forn</b> amb enciam, tomàquet al forn.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>
<b>DIMARTS</b>	<p><b>Sopa de peix amb arròs.</b></p> <p><b>Cuixa de pollastre al forn</b> amb patates i carabassó al forn.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Cigrons</b> amb ceba, pebrot vermill i verd, pastanaga i alls.</p> <p><b>Lluç al forn</b> amb enciam.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Llentilles estofades</b> amb ceba, pebrot vermill i verd, alls, api i costella de porc.</p> <p><b>Truita de patata i carabassó</b> amb i enciam.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma).</p>	<p><b>Amanida Catalana</b> amb enciam, ou dur, sardina, olives, permil dolç, formatge i xoriç.</p> <p><b>Canalons de carn.</b></p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Sopa de peix amb meravel·la</b></p> <p><b>Gall dindi arrebossat</b> amb enciam i patata al forn.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma).</p>
<b>DIMECRES</b>	<p><b>Llentilles estofades</b> amb ceba, pebrot vermill i verd, pastanaga i alls.</p> <p><b>Sant Jacob</b> amb enciam, tomàquet i olives.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma).</p>	<p><b>Sopa amb meravel·la.</b></p> <p><b>Corder a la planxa</b> amb patates fregides casolanes.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Sopa de peix amb meravel·la.</b></p> <p><b>Libret de llim</b> al forn amb enciam i xampinyons.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Sopa de fideus.</b></p> <p><b>Cuixa de pollastre al forn</b> amb patates i enciam.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Llentilles estofades</b> amb ceba, pebrot vermill i verd, pastanaga i alls.</p> <p><b>Truita de patata</b> amb enciam.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma).</p>
<b>DITORS</b>	<p><b>Verdura:</b> mongeta tendra, pastanaga i patata.</p> <p><b>Lluç al forn</b> amb enciam.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Macarrons</b> amb ceba, tonyina i tomàquet.</p> <p><b>Varetes de lluç</b> amb enciam.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Arròs a la cubana</b> amb ou ferrat (optatiu) i salsa de tomàquet.</p> <p><b>Salmó al forn</b> amb enciam.</p> <p><b>logurt</b> (ensucrat amb sucre de canya)</p>	<p><b>Verdura</b> mongeta tendra, pastanaga i patata.</p> <p><b>Estofat de vedella</b> amb xampinyons, pèsols, pebrot vermill i verd, ceba i alls.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Verdura</b> mongeta tendra, pastanaga i patata.</p> <p><b>Corder a la planxa</b> amb xampinyons.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>
<b>DIVENDRES</b>	<p><b>Patates guisades</b> amb sèpia, pebrot vermill i verd, alls, ceba, pastanaga, pèsols i xampinyons.</p> <p><b>Hamburguesa de vedella</b> amb enciam i tomàquet fregida.</p> <p><b>logurt</b> (ensucrat amb sucre de canya)</p>	<p><b>Pael·la d'arròs</b> amb ceba, pebrot verd i vermill, alls, pèsols i marisc.</p> <p><b>PÀRVULS: Sopa de peix.</b></p> <p><b>Salsitxa al forn</b> amb enciam.</p> <p><b>logurt</b> (ensucrat amb sucre de canya)</p>	<p><b>Verdura</b> mongeta tendra, pastanaga i patata.</p> <p><b>Mandonguilles amb salsa,</b> ceba, pastanaga, pebrot verd i vermill, pèsols, alls i xampinyons.</p> <p><b>Fruita de temporada</b> (plàtan, taronja, pera o poma)</p>	<p><b>Cigrons</b> amb ceba, pebrot vermill i verd, pastanaga i alls.</p> <p><b>Lluç al forn</b> amb enciam i olives.</p> <p><b>logurt</b> (ensucrat amb sucre de canya)</p>	<p><b>Arròs a la cubana</b> amb ou ferrat (optatiu) i salsa de tomàquet.</p> <p><b>Salsitxa de porc al forn</b> amb enciam, tomàquet cru i olives.</p> <p><b>logurt</b> (ensucrat amb sucre de canya)</p>