



ENDER CONSELL

OCTUBRE
2019

LA CASTANYADA

A una cabanya del bosc, viuen l'Ender i la Mar i amb una cistella sota els braços, surten tots els matins a buscar castanyes per les muntanyes. Busquen branca per branca, fulla per fulla, per terra i fins i tot sota les pedres. Quan ja en tenen bastants, preparen les castanyes i ens expliquen històries dels seus viatges.

És hora d'asseure's al voltant del foc i menjar castanyes i panellets ... Que bons! Ja està aquí la tardor, el fred ha arribat i els dies s'han escurçat, la naturalesa s'ha quedat adormida i els arbres han perdut les seves fulles.

Al matí, decorarem amb dibuixos i gomets, que després penjarem per finestres i parets.

Moniatos, ous i ametlles! Tot barrejat, molt barrejat, afegirem el sucre i llestos, ja tenim els Panellets!

Celebra "La Castanyada" amb l'Ender i la Mar i menja castanyes, moniatos i panellets.



ESCOLA MARIA AUXILIADORA SALESIANES DE SEPÚLVEDA **BASAL**

	Dimarts 1 Llacets carbonara (llet, blat de moro, formatge i bacó) Mandonguilles mixtes a la jardineria (pèsols i pastanaga) Fruita del temps Crema d'espàrrecs Llobarro al papillot Cullada	Dimecres 2 Arròs amb tomàquet Gall dindi al forn amb amanida (enciam, blat de moro i tomàquet) Fruita del temps Sopa de peix Ous ferrats amb saltat de verdures logurt	Dijous 3 Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta verda, ou dur i maionesa) Lluç arrebossat amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) logurt Carxofes saltades amb pernil Costella de porc amb ceba confitada Broqueta de fruita	Divendres 4 Llenties amb arròs (pastanaga i pebrot) Contracuixa de pollastre amb salsa barbacoa Fruita del temps Amanida de tomàquet Bikini de pernil dolç i formatge logurt
Dilluns 7 Rissoto de bolets Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps Purè de verdures Lluç amb tomàquet Quèfir	Dimarts 8 Amanida andalusa (patata, tonyina, pebrot i olives) Salsitxes de porc amb tomàquet provençal Fruita del temps Quinoa amb verdures i gambes logurt amb mel	Dimecres 9 Crema de carbassó Estofat de gall dindi amb patates Fruita del temps Sopa de tomàquet Ous trencats amb pernil i patata logurt	Dijous 10 Macarrons a la bolonyesa (carn picada mixta de porc i vedella, tomàquet i formatge) Bacallà al forn amb amanida (enciam, blat de moro i tomàquet) Gelat de tarrina de nata i maduixa Wok d'arròs amb verdures i gall dindi Rodanxes de plàtan amb xocolata	Divendres 11 Cigrons amb tomàquet i ou dur Pollastre al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps Pa de sèsam amb hamburguesa vegetal, enciam, tomàquet, formatge i ceba caramel·litzada logurt
Dilluns 14 Minestra de verdures (mongeta verda, pastanaga, pèsols i coliflor) Canelons de carn Fruita del temps Salmorejo amb pernil i ou dur Gall dindi a la planxa amb patata al forn logurt amb ametlles	Dimarts 15 Amanida d'arròs (pastanaga, blat de moro i olives) Truita d'espínacs amb carbassó al forn Fruita del temps Sopa d'au Bistec a la planxa amb espàrrecs verds Natilles	Dimecres 16 Mongetes blanques amb sofregit Llom al forn amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps Crema de verdures Salmó al papillot logurt	Dijous 17 Fideus a la cassola amb verdures (pebrot vermell, verd, ceba i tomàquet) Guisat de sípia amb patates logurt Panaxé Ous durs amb pisto de verdures Maduixes amb suc de taronja	Divendres 18 Crema de carbassó i patata Escalopa de pollastre milanesa amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) Fruita del temps Amanida de l'hort Burrito de vedella i verdures logurt
Dilluns 21 Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga) Croquetes de pollastre amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de gira-sol) Fruita del temps Crema de carbassa Llom saltat amb verdures logurt	Dimarts 22 Mongeta verda amb patata Truita francesa amb saltat de verdures (carbassó, ceba i pebrot) Fruita del temps Sopa de brou amb fideus Pinxos d'au saltats amb pebrots logurt amb fruits vermells	Dimecres 23 Cigrons amb porro i pastanaga Hamburguesa mixta amb ceba i formatge i amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) Fruita del temps Espínacs amb beixamel Lluç arrebossat amb carxofes al vapor Quèfir	Dijous 24 Arròs amb tomàquet Peix fresc segons mercat amb samfaina (albergínia, pebrot i tomàquet) logurt Purè de coliflor Ous farcits de tonyina Macedònia de fruita	Divendres 25 Amanida alemanya (patata, Frankfurt, ceba i maionesa) Pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps Amanida mixta Panini de bacó i formatge logurt
Dilluns 28 Llenties amb arròs Truita francesa amb formatge a part i amanida de pastanaga ratllada i col llombarda Fruita del temps Sopa d'au Broqueta de gall dindi amb albergínia gratinada logurt	Dimarts 29 Mongeta verda saltada amb pernil Llom adobat al forn amb patates fregides Fruita del temps Cuscús saltat amb verdures i panses Lluç al forn amb ceba confitada Quèfir	Dimecres 30 Sopa de picadillo (arròs, ou dur i pernil) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps Crema de verdures Ous remenats amb alls tendres i gambetes logurt	Dijous 31 MENÚ DE CASTANYADA Crema de carbassa Guisat de vedella amb bolets Pastís Sopa de verdures Crep de pernil i formatge Bol de iogurt amb fruita	

