

# Escola Maria Auxiliadora Salesianes de Sepúlveda



**ENDER  
CONSELL**

**MARÇ  
2018**



## PENDENT ENDERCONSELL

El carnestoltes és una festa que té uns orígens molt llunyans, ja que en el temps dels grecs i romans es feien unes celebracions, per aquesta època de l'any, en honor als Déus.

I a la nostra cultura, influenciada per la tradició cristiana, la festa de carnaval es defineix com el període just abans d'entrar a la Quaresma. Per això, just abans de començar 40 dies d'abstinència, sacrifici, repressió i dejú, seguit de la Setmana Santa, calia celebrar-ho amb unes festes esbojarrades amb molta diversió.

El divendres normalment és el dia que arriba el Carnestoltes i llegeix el pregó per anunciar l'inici de les festes on "tot està permès". El senyor Carnestoltes serà el rei de les festes i ell marcarà les normes, on les disfresses i comparses són les protagonistes.

Els menjars típics de Carnaval són la truita de botifarra, la botifarra d'ou i la coca de llardons. I per poder compensar aquest menjar tan greixós que no faltin les maduixes que comencem a gaudir el mes de febrer o les pomes, peres, kiwis, taronges o plàtans que són fruites boníssimes d'aquest mes.

<p><b>Dilluns 5</b></p> <p>Arròs a la cassola amb verdures (pastanaga, carbassó i pebrot) Truita de patata amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps I per sopar suggerim..... Coliflor amb beixamel Bistec a la planxa amb cuscús logurt</p>	<p><b>Dimarts 6</b></p> <p>Cigrons estofats amb verdures (ceba, carbassó i pastanaga) Salsitxes de porc al forn amb sofregit tomàquet logurt Mongeta verda amb patata Orada a l'forn amb tomàquet provençal Fruita del temps</p>	<p><b>Dimecres 7</b></p> <p>Sopa amb fideus Escalopa de vedella amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps Arròs saltat amb verdures Ous remenats amb espàrrecs i bolets logurt</p>	<p><b>Dijous 8</b></p> <p>Mongeta verda amb patata Cuixa de pollastre rostida amb arròs saltat Fruita del temps Sopa de tomàquet Croquetes casolanes de formatge i carbassa amb quinoa logurt</p>	<p><b>Divendres 9</b></p> <p>Espirals napolitana (sofregit de tomàquet i formatge) Lluç a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps Amanida tèbia de carbassa i formatge Pastís d'ou i verdures Batut de fruita i iogurt casolà</p>
<p><b>Dilluns 12</b></p> <p>Sopa amb pistons Estofat de vedella amb xampinyons Fruita del temps I per sopar suggerim..... Mix de verdures gratinades Gall dindi a la planxa amb patates braves logurt</p>	<p><b>Dimarts 13</b></p> <p><b>JORNADA VALENCIANA</b></p> <p>Coca salada (escalivada i tonyina) Paella del Senyoret (cam i peix) Orxata</p>	<p><b>Dimecres 14</b></p> <p>Purè de verdures Llom al forn amb salsa de verdures Fruita del temps Sopa juliana Quiche casolana d'ou amb porros i gambes logurt</p>	<p><b>Dijous 15</b></p> <p>Espaguetis amb sofregit de tomàquet Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps Crepes de pollastre i formatge amb amanida logurt</p>	<p><b>Divendres 16</b></p> <p>Llenties estofades amb verdures (carbassó, pastanaga i ceba) Truita de carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps Crema de porros Pizza vegetal i tonyina Quallada i mel</p>
<p><b>Dilluns 19</b></p> <p>Macarrons bolonyesa (carn de vedella, tomàquet i formatge) Croquetes de rostit amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps I per sopar suggerim..... Purè de carbassa i carxofes Peixet a la llimona logurt</p>	<p><b>Dimarts 20</b></p> <p>Sopa de l'àvia amb galets Mandonguilles mixtes amb salsa i xampinyons Fruita del temps Wok d'arròs amb verdures Ous ferrats amb samfaina logurt</p>	<p><b>Dimecres 21</b></p> <p>Crema de carbassó Cuixa de pollastre al forn a les fines herbes amb patata panadera logurt Espinacs a la catalana Quinoa amb verdures, tires de vedella i sèsam Macedònia de fruites</p>	<p><b>Dijous 22</b></p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures (porro i pastanaga) Truita de patata amb amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps Sopa amb fideus Broquetes de pollastre amb verdures logurt</p>	<p><b>Divendres 23</b></p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Abadejo al forn amb allí julivert amb amanida (enciam, blat de moro i olives) "Ous de Xocolata" Pa de sèsam amb hamburguesa vegetal, formatge, tomàquet i enciam logurt</p>
<p><b>Dilluns 26</b></p> <p><b>SETMANA SANTA</b></p>	<p><b>Dimarts 27</b></p> <p><b>SETMANA SANTA</b></p>	<p><b>Dimecres 28</b></p> <p><b>SETMANA SANTA</b></p>	<p><b>Dijous 29</b></p> <p><b>SETMANA SANTA</b></p>	<p><b>Divendres 30</b></p> <p><b>SETMANA SANTA</b></p>

**Dijous 1**

Arròs amb sofregit de tomàquet  
Estofat de gall dindi amb patata i pastanaga  
Fruita del temps  
I per sopar suggerim.....  
Sopa minestrone  
Libret de llom amb amanida logurt

**Divendres 2**

Llenties estofades amb patata i verdures (porro, pastanaga i ceba)  
Truita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet)  
Fruita del temps  
Panini de tomàquet i formatge  
Pastís de peix logurt