

MENJADOR CURS 2017/18 GNER

DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ Enciam, pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ Enciam , tomàquet, olives OU DUR AMB TOMÀQUET FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga SALSITXES DE PORC IOGURT	SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS FRUITA
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) Enciam PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga LLUÇ A LA PANXA FRUITA	FIDEUÀ AMB SIPIA Enciam CROQUETES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives HAMBURGUESA DE VEDELLA IOGURT	CREMA DE LLEGUM Enciam, tonyina TRUITA DE PATATA FRUITA
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
ESPIRALS CARBONARA Enciam, pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro SALMÓ AL FORN FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA Pastanaga TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam , tonyina ESTOFAT DE VEDELLA NATILLES	CREMA DE PÈSOLS Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA FRUITA
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS	DIVENDRES
SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam ESTOFAT DE PORC FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATA FRUITA	MACARRONS BOLONYESA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam , tomàquet, olives CAELLA ALA PLANXA FRUITA		

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS:

POMA, PERA, PLÀTAN, MANDARINA, TARONJA
TOT ESTÀ CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA.

Aquest menú no és apte per persones que pateixen d'al·lèrgies i/o intoleràncies alimentaries, ja que compte els al·lèrgens més freqüents Reglament 1169/2011 Annex II excepte FRUITS SECS

MENÚ SUPERVISAT PER Anna Gispert Muñoz, Dietista-Nutricionista col n°CAT00712



SENSE GLUTEN

DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ Enciam, pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ Enciam , tomàquet, olives OU DUR AMB TOMÀQUET FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga SALSITXES DE PORC IOGURT	SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS FRUITA
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) Enciam PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	ARRÒS BLANC (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga LLUÇ A LA PANXA FRUITA	FIDEUÀ AMB SIPIA Enciam CROQUETES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives HAMBURGUESA DE VEDELLA IOGURT	CREMA DE LLEGUM Enciam, tonyina TRUITA DE PATATA FRUITA
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
ESPIRALS CARBONARA Enciam, pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro SALMÓ AL FORN FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA Pastanaga TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam ,tonyina ESTOFAT DE VEDELLA IOGURT	CREMA DE PÈSOLS Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA FRUITA
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS	DIVENDRES
SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam ESTOFAT DE PORC FRUITA	PATATA BULLIDA (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATA FRUITA	MACARRONS BOLONYESA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam , tomàquet, olives CAELLA ALA PLANXA FRUITA		



AMPA · PURISALAS

SENSE OU

DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ Enciam, pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ Enciam , tomàquet, olives HAMBURGUESA DE POLASTRE FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga SALSITXES DE PORC I OGURT	SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS FRUITA
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) Enciam PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga LLUÇ A LA PANXA FRUITA	FIDEUÀ AMB SIPIA Enciam CROQUETES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives HAMBURGUESA DE VEDELLA I OGURT	CREMA DE LLEGUM Enciam, tonyina PIT DE POLLASTRE FRUITA
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
ESPIRALS CARBONARA Enciam, pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro SALMÓ AL FORN FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam , tonyina ESTOFAT DE VEDELLA NATILLES	CREMA DE PÈSOLS Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA FRUITA
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS	DIVENDRES
SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam ESTOFAT DE PORC FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	MACARRONS BOLONYESA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam , tomàquet, olives CAELLA ALA PLANXA FRUITA		

**SENSE LACTOSA**

DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ Enciam, pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ Enciam , tomàquet, olives OU DUR AMB TOMÀQUET FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga SALSITXES DE PORC IOGURT SENSE LACTOSA	SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS FRUITA
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) Enciam PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga LLUÇ A LA PANXA FRUITA	FIDEUÀ AMB SIPIA Enciam CROQUETES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives HAMBURGUESA DE VEDELLA IOGURT SENSE LACTOSA	CREMA DE LLEGUM Enciam, tonyina TRUITA DE PATATA FRUITA
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
ESPIRALS CARBONARA Enciam, pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro SALMÓ AL FORN FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA Pastanaga TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam ,tonyina ESTOFAT DE VEDELLA IOGURT SENSE LACTOSA	CREMA DE PÈSOLS Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA FRUITA
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS	DIVENDRES
SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam ESTOFAT DE PORC FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES FRUITA	MACARRONS BOLONYESA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam , tomàquet, olives CAELLA ALA PLANXA FRUITA		

SOPARS COMPLEMENTARIS

DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Guacamole amb bastonets de pa Pollastre saltejat amb mongeta tendra Fruita o iogurt	Sopa d'arròs integral Truita de xampinyons Fruita o iogurt	Patates gratinades Bacallà amb samfaina Fruita o iogurt	Espirals integrals saltats amb bròquil, tomàquet i daus de salmó amb un toc de salsa de soja Fruita	Amanida amb fruites i fruits secs Croquetes casolanes Fruita o iogurt
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Sopa d'arròs amb lleties Peix al forn amb ceba i tomàquet Fruita o iogurt	Verdures amb tempura Salmó al "papillote" amb salsa de soja Fruita o iogurt	Pasta fresca amb xerris i fruits secs Fruita o iogurt	Pèsols amb pernil Brotxeta de pollastre amb verduretes Fruita	Amanida amb fruita Quitx de verdures Fruita o iogurt
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Mongeta blanca amb tomàquet o samfaina i bonítol Fruita o iogurt	Amanida de temporada amb fruita i fruits secs Raviolis amb tomàquet i formatge Fruita o iogurt	Crema de carbassa amb formatge Tires de pollastre saltejades amb verdures Fruita o iogurt	Pasta amb tomàquet Llobarro a la sal amb amanida Fruita	Xampinyons amb all i julivert Pizza casolana Fruita o iogurt
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS	DIVENDRES
Patata cuïta amb bolets i tires de calamars Fruita o iogurt	Arròs integral saltejat amb verdures i tires de gall d'indi Fruita o iogurt	Quinoa amb xerris, fruits secs i gambetes Fruita o iogurt		

MENÚ ELABORAT PER Anna Gispert Muñoz, Dietista-Nutricionista col n°CAT00712