

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES 1
				ESPAGUETI NAPOLITANA Enciam MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
AMANIDA DE PASTA Enciam, pastanaga, tonyina POLLASTRE AL FORN GELAT	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES FRUITA	FIDEUÀ (sofregit tomàquet, ceba, pebrot, sípia) Enciam , tomàquet, olives CAELLA ALA PLANXA FRUITA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, espinac, coliflor) HAMBURGUESA DE VEDELLA Amb patates fregides IOGURT	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tonyina CROQUETES DE POLLASTRE FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
MACARRONS AMB TONYINA Enciam, pastanaga SALSITXES DE PORC FRUITA EN ALMIVAR	AMANIDA VERDA (Enciam, pastanaga, tonyina, POLLASTRE A LA PLANXA Patates fregides FRUITA	CREMA DE LLEGUM Enciam ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS FRUITA	PAELLA (pèsols, pebrot, ceba, carn magre) Enciam, tomàquet TRUITA DE CARBASSÓ IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSDA FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
AMANIDA D'ARRÒS (pastanaga, tonyina, blat de moro) Enciam CALAMARS FRUITA	VICHISSEOISE tèbia (patata, porro, ceba, llet) Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA vedella IOGURT	FI DE CURS AMANIDA FRANKFURT PATATES FREGIDES GELAT Menú triat pel alumnes de 6è

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS:

POMA, PERA, PLÀTAN, MELÓ, SINDRIA, MADUIXES, CIRERES, PRÈSSEC.

TOT ESTÀ CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA. CADA DIA HI HA PA.

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°CAT0071

**SENSE GLUTEN**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES 1
				ESPAGUETI NAPOLITANA Enciam MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
AMANIDA DE PASTA Enciam, pastanaga, tonyina POLLASTRE AL FORN GELAT	PATATA BULLIDA Pastanaga TRUITA DE PATATES FRUITA	FIDEUÀ (sofregit tomàquet, ceba, pebrot, sípia) Enciam, tomàquet, olives CAELLA ALA PLANXA FRUITA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, espinac, coliflor) HAMBURGUESA DE VEDELLA Amb patates fregides IOGURT	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tonyina CROQUETES DE POLLASTRE FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
MACARRONS AMB TONYINA Enciam, pastanaga SALSITXES DE PORC FRUITA EN ALMIVAR	AMANIDA VERDA (Enciam, pastanaga, tonyina, POLLASTRE A LA PLANXA Patates fregides FRUITA	CREMA DE LLEGUM Enciam ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS FRUITA	PAELLA (pèsols, pebrot, ceba, carn magre) Enciam, tomàquet TRUITA DE CARBASSÓ IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSDA FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
AMANIDA D'ARRÒS (pastanaga, tonyina, blat de moro) Enciam CALAMARS FRUITA	VICHISSEOISE tèbia (patata, porro, ceba, llet) Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	PATATA BULLIDA (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA vedella IOGURT	FI DE CURS AMANIDA FRANKFURT PATATES FREGIDES GELAT Menú triat pel alumnes de 6è

PA SENSE GLUTEN



AMPA · PURISALAS

SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES 1
				ESPAGUETI NAPOLITANA Enciam MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
AMANIDA DE PASTA Enciam, pastanaga, tonyina POLLASTRE AL FORN GELAT	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga LLOM A LA PLANXA FRUITA	FIDEUÀ (sofregit tomàquet, ceba, pebrot, sípia) Enciam, tomàquet, olives CAELLA ALA PLANXA FRUITA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, espinac, coliflor) HAMBURGUESA DE VEDELLA Amb patates fregides IOGURT	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tonyina POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
MACARRONS AMB TONYINA Enciam, pastanaga SALSITXES DE PORC FRUITA EN ALMIVAR	AMANIDA VERDA (Enciam, pastanaga, tonyina, POLLASTRE A LA PLANXA Patates fregides FRUITA	CREMA DE LLEGUM Enciam ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS FRUITA	PAELLA (pèsols, pebrot, ceba, carn magre) Enciam, tomàquet VEDELLA A LA PLANXA IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSDA FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
AMANIDA D'ARRÒS (pastanaga, tonyina, blat de moro) Enciam CALAMARS FRUITA	VICHISSEOISE tèbia (patata, porro, ceba, llet) Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada HAMBURGUESA DE POLLASTRE FRUITA	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA vedella IOGURT	FI DE CURS AMANIDA FRANKFURT PATATES FREGIDES GELAT Menú triat pel alumnes de 6è



SENSE LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES 1
				ESPAGUETI NAPOLITANA Enciam MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
AMANIDA DE PASTA Enciam, pastanaga, tonyina POLLASTRE AL FORN IOGURT SENSE LACTOSA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES FRUITA	FIDEUÀ (sofregit tomàquet, ceba, pebrot, sípia) Enciam , tomàquet, olives CAELLA ALA PLANXA FRUITA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, espinac, coliflor) HAMBURGUESA DE VEDELLA Amb patates fregides IOGURT SENSE LACTOSA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tonyina CROQUETES DE POLLASTRE FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
MACARRONS AMB TONYINA Enciam, pastanaga SALSITXES DE PORC FRUITA EN ALMIVAR	AMANIDA VERDA (Enciam, pastanaga, tonyina, POLLASTRE A LA PLANXA Patates fregides FRUITA	CREMA DE LLEGUM Enciam ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS FRUITA	PAELLA (pèsols, pebrot, ceba, carn magre) Enciam, tomàquet TRUITA DE CARBASSÓ IOGURT SENSE LACTOSA	MONGETA TENDRA AMB PATATA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSDA FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
AMANIDA D'ARRÒS (pastanaga, tonyina, blat de moro) Enciam CALAMARS FRUITA	VICHISSEOISE tèbia (patata, porro, ceba, llet) Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA vedella IOGURT SENSE LACTOSA	<u>FI DE CURS</u> AMANIDA FRANKFURT PATATES FREGIDES IOGURT SENSE LACTOSA <u>Menú triat pel alumnes de 6è</u>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES 1
				Amanida de colors Hamburguesa completa casolana Fruita o iogurt
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
Verdures al vapor amb hummus Llenguado a la planxa amb pastanaga ratllada Fruita	Amanida verda amb pernil Ous ferrats amb pa amb tomàquet Fruita o iogurt	Espàrrecs amb maionesa casolana Orada al forn amb ceba i patata Fruita o iogurt	Pasta integral amb Xerris, lleties, formatge i fruits secs Fruita	Amanida verda "Fajites" amb tires de pollastre i verdures Fruita o iogurt
DILLUNS 11	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Coliflor gratinada Conill a l'allet o forn Fruita o iogurt	Amanida amb espàrrecs Arròs integral a la cubana Fruita o iogurt	Patata al caliu Hamburguesa de cigrons i verdures * Fruita o iogurt	Espinacs saltejats amb patata gambetes Salmó a la papillota amb llimona Fruita	Amanida de colors Hamburguesa completa casolana Fruita o iogurt
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
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

SOPARS COMPLEMENTARIS

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