

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN AMB MAIONESA FRUITA	ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	<b>FESTA</b>	<b>PONT</b>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ Enciam, tomàquet, olives OU DUR AMB TOMÀQUET I PERNIL DOLÇ FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam, pastanaga POLLASTRE AL FORN FRUITA	CREMA DE LLEGUM AMB ROSTES (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) Pastanaga BOTIFARRA I OGURT	<u>MENÚ CULTURAL ARGENTINA</u> EMPANADA DE CARN AMB PATATES AL FORN "ALFAJORES de Dulce de Leche"
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) Enciam PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga blat de moro LLUÇ A LA PANXA FRUITA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols, llet) HAMBURGUESA DE VEDELLA I PATATES FREGIDES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives TRUITA DE CARBASSÓ I OGURT	<u>DINAR DE NADAL</u> ESCUDELLA CANELONS DE NADAL TURRONS I NEULES LLIMONADA I TARONJADA

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS: POMA, PERA, PLÀTAN, MANDARINA, TARONJA, RAÏM.  
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°CAT0071

**CADA DIA HI HA PA I AIGUA. S'ADAPTA EL MENÚ PER MOTIUS DE RELIGIÓ, INTOLERÀNCIES I AL·LÈRGIES.**

*BONES FESTES !!!!!*



**NOTA IMPORTANT.-**

Aquests menús podran ésser modificats quan, per circumstàncies alienes al servei de menjador, no sigui possible oferir els programats. Aleshores, es faran les adaptacions que considerem més adients.



DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN AMB MAIONESA FRUITA	ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	PATATA BULLIDA (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	<b>FESTA</b>	<b>PONT</b>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ Enciam , tomàquet, olives OU DUR AMB TOMÀQUET FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam, pastanaga POLLASTRE AL FORN FRUITA	CREMA DE PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga BOTIFARRA I OGURT	<u>MENÚ CULTURAL ARGENTINA</u> <b>EMPANADA DE CARN</b> <b>AMB PATATES AL FORN</b> <b>"ALFAJORES de Dulce de Leche"</b>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) Enciam PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	PATATA BULLIDA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga blat de moro LLUÇ A LA PANXA FRUITA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols, llet) HAMBURGUESA DE VEDELLA I PATATES FREGIDES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives TRUITA DE CARBASSÓ I OGURT	<u>DINAR DE NADAL</u> <b>ESCUDELLA</b> <b>CANELONS DE NADAL</b> <b>TURRONS I NEULES</b> <b>LLIMONADA I TARONJADA</b>

PA SENSE GLUTEN  
PASTA SENSE GLUTEN  
ARREBOSSAT SENSE GLUTEN



**BONES FESTES !!!!!**



## SENSE OU

## DESEMBRE

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN AMB MAIONESA FRUITA	ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada PIT DE POLLASTRE FRUITA	<b>FESTA</b>	<b>PONT</b>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ Enciam , tomàquet, olives LLOM A LA PLANXA FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam, pastanaga POLLASTRE AL FORN FRUITA	CREMA DE LLEGUM AMB ROSTES (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) Pastanaga BOTIFARRA IOGURT	<u>MENÚ CULTURAL ARGENTINA</u> <b>EMPANADA DE CARN</b> <b>AMB PATATES AL FORN</b> <b>"ALFAJORES de Dulce de Leche"</b>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) Enciam PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga blat de moro LLUÇ A LA PANXA FRUITA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols, llet) HAMBURGUESA DE VEDELLA I PATATES FREGIDES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	<u>DINAR DE NADAL</u> <b>ESCUDELLA</b> <b>CANELONS DE NADAL</b> <b>TURRONS I NEULES</b> <b>LLIMONADA I TARONJADA</b>

PASTA SENSE OU  
ARREBOSSAT SENSE OU

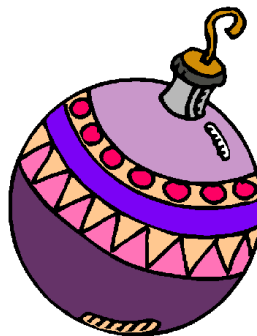
**BONES FESTES !!!!!**



**SENSE LACTOSA****DESEMBRE**

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN AMB MAIONESA FRUITA	ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	<b>FESTA</b>	<b>PONT</b>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ Enciam , tomàquet, olives OU DUR AMB TOMÀQUET FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam, pastanaga POLLASTRE AL FORN FRUITA	CREMA DE LLEGUM AMB ROSTES (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) Pastanaga BOTIFARRA I OGURT SENSE LACTOSA	<u>MENÚ CULTURAL ARGENTINA</u> EMPANADA DE CARN AMB PATATES AL FORN "ALFAJORES de Dulce de Leche"
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) Enciam PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga blat de moro LLUÇ A LA PANXA FRUITA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols, llet) HAMBURGUESA DE VEDELLA I PATATES FREGIDES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives TRUITA DE CARBASSÓ I OGURT SENSE LACTOSA	<u>DINAR DE NADAL</u> ESCUDELLA CANELONS DE NADAL TURRONS I NEULES LLIMONADA I TARONJADA

PURES I CREMES AMB LLET SENSE LACTOSA

**BONES FESTES !!!!!**

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN FRUITA	ESCUDELLA DE GALETS POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	LLENTÍES /PATATA BULLIDA Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	<b>FESTA</b>	<b>PONT</b>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
ESPAGUETTI NAPOLITANA CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	ARRÒS AMB BACALLÀ OU DUR AMB TOMÀQUET FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA POLLASTRE AL FORN FRUITA	CREMA DE MONGETA TENDRA I PATATA BOTIFARRA I OGURT	<u>MENÚ CULTURAL ARGENTINA</u> EMPANADA DE CARN AMB PATATES AL FORN "ALFAJORES de Dulce de Leche"
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
VERDURA TRES COLORS (patata, pastanaga, mongeta) PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	MACARRONS (sofregit tomàquet) LLUÇ A LA PANXA FRUITA	CREMA DE MONGETA TENDRA I PATATA HAMBURGUESA DE VEDELLA I PATATES FREGIDES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives TRUITA DE CARBASSÓ I OGURT	<u>DINAR DE NADAL</u> ESCUDELLA CANELONS DE NADAL TURRONS I NEULES LLIMONADA I TARONJADA

LA FRUITA ÉS LA PERMESA: PLÀTAN, RAIM, TARONJA.  
I OGURT SENSE LACTOSA SI S'ESCAU.

**BONES FESTES!!!!!!**



## PROPOSTA DE SOPARS COMPLEMENTARIS

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
<p>Mongeta blanca amb tomàquet o samfaina i bonítol</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Amanida de temporada amb fruita i fruits secs</p> <p>Raviolis amb tomàquet i formatge</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Crema de carbassa amb formatge</p> <p>Tires de pollastre saltejades amb verdures</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Pasta amb tomàquet</p> <p>Llobarro a la sal amb amanida</p> <p>Fruita</p>	<p>Xampinyons amb all i julivert</p> <p>Pizza casolana</p> <p>Fruita o iogurt</p>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
<p>Patata cuita amb bolets i tires de calamars</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Arròs integral saltejat amb verdures i tires de gall d'indi</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Quinoa amb xerris, fruits secs i gambetes</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Pasta de farina de llegum al pesto amb daus de salmó</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida de fruita</p> <p>Creps casolanes de pernil i formatge, espinacs amb formatge...</p> <p>Fruita o iogurt</p>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
<p>Verdures al vapor amb hummus</p> <p>Llenguado a la planxa amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Amanida verda amb pernil</p> <p>Ous ferrats amb pa amb tomàquet</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Espàrrecs amb maionesa casolana</p> <p>Orada al forn amb ceba i patata</p> <p>Fruita o iogurt</p>	<p>Pasta integral amb xerris, lleties, formatge i fruits secs</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida verda</p> <p>"Fajites" amb tires de pollastre i verdures</p> <p>Fruita o iogurt</p>

MENÚ ELABORAT PER Anna Gispert Muñoz, Dietista- Nutricionista col n°CAT0071