


MENJADOR CURS 2018/19 FEBRER

DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga OU DUR AMB TOMÀQUET I BACÓ FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ (patata, ceba, carbassó, llet) Enciam, pastanaga POLLASTRE AL FORN FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives SALSITXES DE PORC IOGURT	SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
FESTA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, espinac, coliflor) Enciam, pastanaga TRUITA DE PATATES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives HALIBUT ARREBOSSAT FRUITA	MACARRONS AMB TONYINA Enciam POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	<u>MENÚ CULTURAL BRASIL</u> FEIJOADA Fesols, arròs blanc i estofat de porc Pa de formatge BRIGADEIROS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro BOTIFARRA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga blat de moro TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam GALL D'INDI ESTOFAT AMB PASTANAGA I PESOLS FRUITA
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	
CREMA DE CARBASSA AMB ROSTES Enciam GALTA DE PORC AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tomàquet, olives ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA EN ALMIVAR	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA	<u>DIJOUS GRAS</u> SOPA DE PISTONS Enciam PA AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATES COCA DE LLARDONS	

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS: POMA, 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.


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 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga OU DUR AMB TOMÀQUET FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ (patata, ceba, carbassó, llet) Enciam, pastanaga POLLASTRE AL FORN FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives SALSITXES DE PORC IOGURT	SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
FESTA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, espinac, coliflor) Enciam, pastanaga TRUITA DE PATATES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives HALIBUT ARREBOSSAT FRUITA	MACARRONS AMB TONYINA Enciam POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	<u>MENÚ CULTURAL BRASIL</u> FEIJOADA Fesols, arròs blanc i estofat de porc Pa de formatge BRIGADEIROS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro BOTIFARRA FRUITA	PATATA BULLIDA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga blat de moro TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam GALL D'INDI ESTOFAT AMB PASTANAGA I PESOLS FRUITA
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	
CREMA DE CARBASSA Enciam GALTA DE PORC AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA EN ALMIVAR	PATATA BULLIDA (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA	<u>DIJOUS GRAS</u> SOPA DE PISTONS Enciam PA AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATES IOGURT	

PA SENSE GLUTEN
PASTA SENSE GLUTEN
ARREBOSSAT SENSE GLUTEN




DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ (patata, ceba, carbassó, llet) Enciam, pastanaga POLLASTRE AL FORN FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives SALSITXES DE PORC IOGURT	SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
FESTA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, espinac, coliflor) Enciam, pastanaga HAMBURGUESA FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives HALIBUT ARREBOSSAT FRUITA	MACARRONS AMB TONYINA Enciam POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	<u>MENÚ CULTURAL BRASIL</u> FEIJOADA Fesols, arròs blanc i estofat de porc Pa de formatge BRIGADEIROS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro BOTIFARRA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga blat de moro PIT DE POLLASTRE FRUITA	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam GALL DINDI ESTOFAT AMB PASTANAGA I PESOLS FRUITA
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	
CREMA DE CARBASSA AMB ROSTES Enciam GALTA DE PORC AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA EN ALMIVAR	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA	<u>DIJOUS GRAS</u> SOPA DE PISTONS Enciam PA AMB TOMÀQUET ESCALOPA POLLASTRE COCA DE LLARDONS	



DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga OU DUR AMB TOMÀQUET I BACÓ FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ (patata, ceba, carbassó, llet) Enciam, pastanaga POLLASTRE AL FORN FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives SALSITXES DE PORC I OGURT SENSE LACTOSA	SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
FESTA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, espinac, coliflor) Enciam, pastanaga TRUITA DE PATATES FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives HALIBUT ARREBOSSAT FRUITA	MACARRONS AMB TONYINA Enciam POLLASTRE A LA PLANXA I OGURT SENSE LACTOSA	<u>MENÚ CULTURAL BRASIL</u> FEIJOADA Fesols, arròs blanc i estofat de porc Pa de formatge BRIGADEIROS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro BOTIFARRA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, pastanaga blat de moro TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) I OGURT SENSE LACTOSA	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam GALL D'INDI ESTOFAT AMB PASTANAGA I PÈSOLS FRUITA
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	
CREMA DE CARBASSA AMB ROSTES Enciam GALTA DE PORC AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tomàquet, olives ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA EN ALMIVAR	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA	<u>DIJOUS GRAS</u> SOPA DE PISTONS Enciam PA AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATES I OGURT SENSE LACTOSA	



DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
ESPAGUETTI CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA OU DUR FRUITA	CREMA DE MONGETA TENDRA AMB PATATA POLLASTRE AL FORN FRUITA	ARRÒS BLANC SALSITXES DE PORC IOGURT	SOPA DE GALETS LLUÇ A LA PLANXA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
FESTA	PURÉ DE VERDURES TRUITA DE PATATES FRUITA	ARRÒS BLANC HALIBUT ARREBOSSAT FRUITA	MACARRONS BLANCS POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	<u>MENÚ CULTURAL BRASIL</u> FEIJOADA Arròs blanc i estofat de porc Pa de formatge BRIGADEIROS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ARRÒS CALDÓS BOTIFARRA FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	CREMA VERDURA BACALLÀ IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI ESTOFAT AMB PASTANAGA I PESOLS FRUITA
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	
CREMA DE MONGETA TENDRA AMB PATATA GALTA DE PORC FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES LLUÇ A LA PLANXA FRUITA	<u>DIJOUS GRAS</u> SOPA DE PISTONS TRUITA DE PATATES COCA DE LLARDONS	

LA FRUITA ÉS LA PERMESA: PLÀTAN, RAIM, TARONJA, MANDARINA
IOGURT /SENSE LACTOSA SI S'ESCAU

PROPOSTA DE SOPARS COMPLEMENTARIS

DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
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 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
FESTA	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 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
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 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 1
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	

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