



AMPA · PURISALAS

MENJADOR CURS 2019/20 OCTUBRE

DILLUNS	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga ESTOFAT GALLDINDI AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATES Enciam POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
CREMA DE PÈSOLS AMB ROSTES (pèsols, patata, ceba, llet) Enciam HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES FRUITA	ESCUDELLA AMB CIGRONS Enciam, pastanaga i olives CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	BROQUIL AMB PATATA Enciam amb tomàquet OUS DURS AMB TOMÀQUET I PERNIL FRUITA	ARRÒS TRES DELICIES (pèsols, pernil dolç, pastanaga) Enciam i tonyina POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga TILÀPIA ARREBOSSADA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPAGUETTI NAPOLITANA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSADA FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Enciam POLLASTRE AL FORN AMB XIPS FRUITA	CREMA DE VERDURA AMB ROSTES Enciam, pastanaga i tonyina TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam GALLDINDI ESTOFAT AMB XAMPINYONS IOGURT	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET Enciam, blat de moro BOTIFARRA FRUITA
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
MACARRONS AMB TONYINA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam i tonyina CROQUETES DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA (patata, mongeta blanca, sofregit de ceba i tomàquet) Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam ,tonyina ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS IOGURT	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ A LA PLANXA FRUITA	CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA MILANESA FRUITA	FESTA	

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS: POMA, PLÀTAN, SINDRIA, MELÓ, PRÈSSEC.. TOT ESTÀ CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA..CADA DIA HI HA PA I AIGUA
S'ADAPTA EL MENÚ PER MOTIUS DE RELIGIÓ, INTOLERÀNCIES I AL·LÈRGIES. EL MENÚ SENSE FRUCTOSA ESTÀ ADAPTAT A CADA ALUMNE.

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

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



SENSE GLUTEN

DILLUNS	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga ESTOFAT GALLDINDI AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATES Enciam POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
CREMA DE PÈSOLS AMB ROSTES (pèsols, patata, ceba, llet) Enciam HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES FRUITA	ESCUDELLA AMB CIGRONS Enciam, pastanaga i olives CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	BROQUIL AMB PATATA Enciam amb tomàquet OUS DURS AMB TOMÀQUET I PERNIL FRUITA	ARRÒS TRES DELICIES (pèsols, pernil dolç, pastanaga) Enciam i tonyina POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga TILAPIA ARREBOSSADA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPAGUETTI NAPOLITANA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSADA FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Enciam POLLASTRE AL FORN AMB XIPS FRUITA	CREMA DE VERDURA AMB ROSTES Enciam, pastanaga i tonyina TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam GALLDINDI ESTOFAT AMB XAMPINYONS IOGURT	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET Enciam, blat de moro BOTIFARRA FRUITA
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
MACARRONS AMB TONYINA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam i tonyina CROQUETES DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA (patata, mongeta blanca, sofregit de ceba i tomàquet) Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam ,tonyina ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS IOGURT	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ A LA PLANXA FRUITA	CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA MILANESA FRUITA	FESTA	

TOTA LA PASTA ÉS SENSE GLUTEN.

PA SENSE GLUTEN



SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga ESTOFAT GALLDINDI AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	MONGETA TENDRA AMB PATATES Enciam POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
CREMA DE PÈSOLS AMB ROSTES (pèsols, patata, ceba, llet) Enciam HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES FRUITA	ESCUDELLA AMB CIGRONS Enciam, pastanaga i olives CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	BROQUIL AMB PATATA Enciam amb tomàquet LLOM A LA PLANXA AMB TOMÀQUET FRUITA	ARRÒS TRES DELICIES (pèsols, pernil dolç, pastanaga) Enciam i tonyina POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga TILAPIA ARREBOSSADA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPAGUETTI NAPOLITANA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSADA FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Enciam POLLASTRE AL FORN AMB XIPS FRUITA	CREMA DE VERDURA AMB ROSTES Enciam, pastanaga i tonyina PIT DE POLLASTRE FRUITA	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam GALLDINDI ESTOFAT AMB XAMPINYONS IOGURT	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET Enciam, blat de moro BOTIFARRA FRUITA
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
MACARRONS AMB TONYINA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam i tonyina CROQUETES DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro LLOM A LA PLANXA FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA (patata, mongeta blanca, sofregit de ceba i tomàquet) Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam ,tonyina ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS IOGURT	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ A LA PLANXA FRUITA	CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA MILANESA FRUITA	FESTA	



SENSE LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga ESTOFAT GALLDINDI AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES IOGURT SENSE LACTOSA	MONGETA TENDRA AMB PATATES Enciam POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
CREMA DE PÈSOLS AMB ROSTES (pèsols, patata, ceba, llet) Enciam HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES FRUITA	ESCUDELLA AMB CIGRONS Enciam, pastanaga i olives CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	BROQUIL AMB PATATA Enciam amb tomàquet OUS DURS AMB TOMÀQUET I PERNIL FRUITA	ARRÒS TRES DELICIES (pèsols, pernil dolç, pastanaga) Enciam i tonyina POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT SENSE LACTOSA	ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga TILAPIA ARREBOSSADA AMB MAIONESA FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPAGUETTI NAPOLITANA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSADA FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Enciam POLLASTRE AL FORN AMB XIPS FRUITA	CREMA DE VERDURA AMB ROSTES Enciam, pastanaga i tonyina TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam GALLDINDI ESTOFAT AMB XAMPINYONS IOGURT SENSE LACTOSA	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET Enciam, blat de moro BOTIFARRA FRUITA
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
MACARRONS AMB TONYINA (sofregit tomàquet, ceba) Enciam i tonyina CROQUETES DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, ceba) Enciam, tonyina, blat de moro TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA (patata, mongeta blanca, sofregit de ceba i tomàquet) Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam ,tonyina ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS IOGURT SENSE LACTOSA	CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ A LA PLANXA FRUITA	CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA	MACARRONS GRATINATS (tomàquet, ceba i formatge) Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA MILANESA FRUITA	FESTA	