

MENJADOR CURS 2019/20 FEBRER

<p>DILLUNS 3</p> <p>ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga BOTIFARRA FRUITA</p>	<p>DIMARTS 4</p> <p>ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, costella) Enciam, tonyina, blat de moro TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA</p>	<p>DIMECRES 5</p> <p>ESTOFAT DE MONGETA BLANCA (patata, mongeta blanca, sofregit de ceba i tomàquet, xoriço) Pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA</p>	<p>DIJOUS 6</p> <p>SOPA DE GALETS Enciam, tonyina ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS IOGURT</p>	<p>DIVENDRES 7</p> <p>CREMA DE PÈSOLS amb rostes (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) FRUITA</p>
<p>DILLUNS 10</p> <p>SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam POLLASTRE AL FORN FRUITA EN ALMIVAR</p>	<p>DIMARTS 11</p> <p>LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga OU DUR AMB TOMÀQUET I BACÓ FRUITA</p>	<p>DIMECRES 12</p> <p>FIDEUS A LA CASSOLA (sofre tomàq, ceba, costella) Enciam, tomàquet, olives CAELLA A LA PLANXA amb suquet FRUITA</p>	<p>DIJOUS 13</p> <p>PURÉ DE VERDURES amb rostes (patata, mongeta, bròquil, coliflor, espinacs) Enciam, pastanaga SALSITXES DE POLLASTRE IOGURT</p>	<p>DIVENDRES 14</p> <p>ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tonyina ESCALOPA MILANESA FRUITA</p>
<p>DILLUNS 17</p> <p>MACARRONS BOLONYESA (sofreg tomàq, ceba, carn) Enciam, pastanaga TILÀPIA AL FORN amb maionesa FRUITA</p>	<p>DIMARTS 18</p> <p>MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam ESTOFAT DE GALL DINDI AMB XAMPINYONS FRUITA</p>	<p>DIMECRES 19</p> <p>LLENTÍES ESTOFADES Enciam, tonyina, blat de moro PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA</p>	<p>DIJOUS 20</p> <p>DIJOUS GRAS SOPA DE PISTONS PA AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATES COCA DE LLARDONS</p>	<p>DIVENDRES 21</p> <p>CARNESTOLTES CREMA DE CARBASSA HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES FREGIDES NATILLES</p>
<p>DILLUNS 24</p> 	<p>DIMARTS 25</p> <p>ARRÒS AMB TOMÀQUET Pastanaga ratllada CALAMARS A LA ROMANA FRUITA</p>	<p>DIMECRES 26</p> <p>BRÒQUIL AMB PATATES Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA</p>	<p>DIJOUS 27</p> <p>MACARRONS BOLONYESA (sofreg tomàq, ceba, carn) Enciam, pastanaga, blat de moro TRUITA D'ESPINACS IOGURT</p>	<p>DIVENDRES 18</p> <p>CREMA DE LLEGUM amb rostes (patata, ceba, mongeta, cigró) Enciam i tonyina MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA</p>

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS: POMA, PLÀTAN, MANDARINA, TARONJA, PERA. 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 I SENSE LACTOSA ESTÀ ADAPTAT A CADA ALUMNE!

Aquest menú no és apte per persones que pateixen d'al·lèrgies i/o intoleràncies alimentàries, 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 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga BOTIFARRA FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, costella) Enciam, tonyina, blat de moro TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA (patata, mongeta blanca, sofregit de ceba i tomàquet, xoriço) Pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	SOPA DE GALETS 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 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam POLLASTRE AL FORN FRUITA EN ALMIVAR	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga OU DUR AMB TOMÀQUET I BACÓ FRUITA	FIDEUS A LA CASSOLA (sofregit tomàquet, ceba, pebrot, costella) Enciam, tomàquet, olives CAELLA A LA PLANXA FRUITA	PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, bròquil, coliflor) Enciam, pastanaga SALSITXES DE POLLASTRE IOGURT	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tonyina ESCALOPA MILANESA FRUITA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
MACARRONS BOLONYESA (sofreg tomàq, ceba, carn) Enciam, pastanaga TILAPIA AL FORN amb maionesa FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam ESTOFAT DE GALL DINDI AMB XAMPINYONS FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES Enciam, tonyina, blat de moro PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	DIJOUS GRAS SOPA DE PISTONS PA AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATES COCA DE LLARDONS	CARNESTOLTES CREMA DE CARBASSA HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES FREGIDES NATILLES
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 18
	ARRÒS AMB TOMÀQUET Pastanaga ratllada CALAMARS A LA ROMANA FRUITA	BRÒQUIL AMB PATATES Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	MACARRONS BOLONYESA (sofreg tomàq, ceba, carn) Enciam, pastanaga, blat de moro TRUITA D'ESPINACS IOGURT	CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta, cigró) Enciam i tonyina MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA

TOTA LA PASTA ÉS SENSE GLUTEN. PA SENSE GLUTEN



SENSE OU

DILLUNS 3 ESPIRALS CARBONARA (crema de llet i bacó) Enciam, pastanaga BOTIFARRA FRUITA	DIMARTS 4 ARRÒS CALDÓS (sofregit tomàquet, costella) Enciam, tonyina, blat de moro POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	DIMECRES 5 ESTOFAT DE MONGETA BLANCA (patata, mongeta blanca, sofregit de ceba i tomàquet, xoriço) Pastanaga ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	DIJOUS 6 SOPA DE GALETS Enciam ,tonyina ESTOFAT DE VEDELLA AMB XAMPINYONS IOGURT	DIVENDRES 7 CREMA DE PÈSOLS (patata, ceba, pèsols) Enciam BACALLÀ AMB SAMFAINA (tomàquet trit, pebrot i ceba) FRUITA
DILLUNS 10 SOPA DE PEIX AMB FIDEUS Enciam POLLASTRE AL FORN FRUITA EN ALMIVAR	DIMARTS 11 LLENTÍES ESTOFADES amb xoricet (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	DIMECRES 12 FIDEUS A LA CASSOLA (sofregit tomàquet, ceba, pebrot, costella) Enciam , tomàquet, olives CAELLA A LA PLANXA FRUITA	DIJOUS 13 PURÉ DE VERDURES (patata, mongeta, bròquil, coliflor) Enciam, pastanaga SALSITXES DE POLLASTRE IOGURT	DIVENDRES 14 ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, tonyina ESCALOPA MILANESA FRUITA
DILLUNS 17 MACARRONS BOLONYESA (sofreg tomàq, ceba,carn) Enciam, pastanaga TILAPIA AL FORN amb maionesa FRUITA	DIMARTS 18 MONGETA TENDRA AMB PATATA Enciam ESTOFAT DE GALL DINDI AMB XAMPINYONS FRUITA	DIMECRES 19 LLENTÍES ESTOFADES amb xoricet Enciam, tonyina, blat de moro PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	DIJOUS 20 DIJOUS GRAS SOPA DE PISTONS PA AMB TOMÀQUET Pollastre a la planxa COCA DE LLARDONS	DIVENDRES 21 CARNESTOLTES CREMA DE CARBASSA HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES FREGIDES NATILLES
DILLUNS 24 	DIMARTS 25 ARRÒS AMB TOMÀQUET Pastanaga ratllada CALAMARS A LA ROMANA FRUITA	DIMECRES 26 BRÒQUIL AMB PATATES Enciam POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	DIJOUS 27 MACARRONS BOLONYESA (sofreg tomàq, ceba,carn) Enciam, pastanaga, blat de moro LLOM A LA PLANXA IOGURT	DIVENDRES 18 CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta, cigró) Enciam i tonyina MANDONGUILLES AMB VERDURES (pèsols, pastanaga, ceba, bolets) FRUITA