

MENJADOR CURS 2019/20 GENER

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
		MACARRONS GRATINATS Enciam, pastanaga BOTIFARRA FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES IOGURT	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, blat de moro ESCALOPA DE POLLASTRE FRUITA
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ESPIRALS CARBONARA Enciam ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit, costella) Enciam i tonyina CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA Enciam, tomàquet MUSSOLA ARREBOSSADA FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ AMB ROSTES Pastanaga ratllada ESTOFAT DE VEDELLA IOGURT	ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS CARN D'OLLA (pollastre, patata i pastanaga bullida) FRUITA
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) Enciam i pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA PORC FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN IOGURT	BROQUIL AMB PATATES Enciam MANDONGUILLES AMB VERDURES(pèsols, pastanaga, ceba) FRUITA
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam ESTOFAT D'AU AMB XAMPINYONS FRUITA	CREMA DE VERDURES (patata, ceba, espinacs , bledes) Enciam, pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	PAELLA (pèsols, pernil dolç i pastanaga) Enciam TILÀPIA AL FORN FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga OU DUR AMB TOMÀQUET IOGURT	ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam, tonyina SALSITXA DE PORC FRUITA

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS: POMA, PLÀTAN, MANDARINA, TARONJA, 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 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	DIMARTS	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
		MACARRONS GRATINATS Enciam, pastanaga BOTIFARRA FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES IOGURT	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, blat de moro ESCALOPA DE POLLASTRE FRUITA
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ESPIRALS CARBONARA Enciam ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit, costella) Enciam i tonyina CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA Enciam, tomàquet MUSSOLA ARREBOSSADA FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ AMB ROSTES Pastanaga ratllada ESTOFAT DE VEDELLA IOGURT	ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS CARN D'OLLA (pollastre, patata i pastanaga bullida) FRUITA
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) Enciam i pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA PORC FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN IOGURT	BROQUIL AMB PATATES Enciam MANDONGUILLES AMB VERDURES(pèsols, pastanaga, ceba) FRUITA
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam ESTOFAT D'AU AMB XAMPINYONS FRUITA	CREMA DE VERDURES (patata, ceba, espinacs , bledes) Enciam, pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	PAELLA (pèsols, pernil dolç i pastanaga) Enciam TILAPIA AL FORN FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga OU DUR AMB TOMÀQUET IOGURT	ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam, tonyina SALSITXA DE PORC FRUITA

TOTA LA PASTA ÉS SENSE GLUTEN. PA SENSE GLUTEN



SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
		MACARRONS GRATINATS Enciam, pastanaga BOTIFARRA FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga LLOM A LA PLANXA IOGURT	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, blat de moro ESCALOPA DE POLLASTRE FRUITA
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ESPIRALS CARBONARA Enciam ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	ARRÒS CALDÓS (sofregit, costella) Enciam i tonyina CALAMARS A L'ANDALUSA FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA Enciam, tomàquet MUSSOLA ARREBOSSADA FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ AMB ROSTES Pastanaga ratllada ESTOFAT DE VEDELLA IOGURT	ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS CARN D'OLLA (pollastre, patata i pastanaga bullida) FRUITA
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) Enciam i pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA PORC FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN IOGURT	BROQUIL AMB PATATES Enciam MANDONGUILLES AMB VERDURES(pèsols, pastanaga, ceba) FRUITA
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam ESTOFAT D'AU AMB XAMPINYONS FRUITA	CREMA DE VERDURES (patata, ceba, espinacs , bledes) Enciam, pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	PAELLA (pèsols, pernil dolç i pastanaga) Enciam TILAPIA AL FORN FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT	ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam, tonyina SALSITXA DE PORC FRUITA



SENSE LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
		MACARRONS GRATINATS Enciam, pastanaga BOTIFARRA FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga TRUITA DE PATATES IOGURT SENSE LACTOSA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, blat de moro ESCALOPA DE POLLASTRE FRUITA
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
MACARRONS GRATINATS Enciam, pastanaga BOTIFARRA FRUITA	MONGETA TENDRA AMB PATATA Pastanaga ratllada MUSSOLA ARREBOSSDA FRUITA	CREMA DE CARBASSA Enciam PAELLA (pèsols, pebrot, ceba, magre) FRUITA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA Enciam, tomàquet TRUITA DE CARBASSÓ IOGURT SENSE LACTOSA	ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS CARN D'OLLA (pollastre, patata i pastanaga bullida) FRUITA
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
CREMA DE LLEGUM (patata, ceba, mongeta blanca, cigró) Enciam i pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	SOPA DE PISTONS Enciam, pastanaga, blat de moro ESCALOPA PORC FRUITA	LLENTÍES ESTOFADES (sofregit tomàquet, ceba) Pastanaga ratllada TRUITA D'ESPINACS FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam LLUÇ AL FORN IOGURT SENSE LACTOSA	BROQUIL AMB PATATES Enciam MANDONGUILLES AMB VERDURES(pèsols, pastanaga, ceba) FRUITA
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
SOPA DE GALETS I CIGRONS Enciam ESTOFAT D'AU AMB XAMPINYONS FRUITA	CREMA DE VERDURES (patata, ceba, espinacs , bledes) Enciam, pastanaga POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	PAELLA (pèsols, pernil dolç i pastanaga) Enciam TILAPIA AL FORN FRUITA	PATATA I MONGETA TENDRA Pastanaga OU DUR AMB TOMÀQUET IOGURT SENSE LACTOSA	ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam, tonyina SALSITXA DE PORC FRUITA

CREMA I PURE I IOGURTS SENSE LACTOSA