



Menú SENSE CARN DE PORC, DE VEDELLA, PEIX ni MARISC

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	<u>ESPAGUETI SALTATS AMB ALL (1,3)</u>	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	<u>BRÒQUIL AL VAPOR TREMPAT AMB TOMÀTIGA</u>	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	TRUITA DE PATATA (3)	<u>ARRÒS A LA MILANESA DE VERDURES</u>	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	<u>ENSALADA (romana, tomàtiga)</u>		<u>TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA</u>
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
10	11	12	13	14
<u>FIDEUS DE VERDURES (1,3)</u>	CREMA DE CARABASSA	<u>ARRÒS SEC DE VERDURES</u>	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	<u>TOFU AGUIAT (ceba, xampinyons) (6)</u>	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	<u>TRUITA A LA FRANCESA (3)</u>
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	<u>PATATA ROSTIDA</u>	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>	<u>ENSALADA (iceberg, mesclum, tomàtiga)</u>
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	<u>ARRÒS BROUÉS DE VERDURES</u>	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
<u>PILOTES DE SOJA TEXTURITZADA (6)</u>	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA (3,7)
<u>SALSAS DE TOMÀTIGA I PATATES</u>	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>	<u>TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA</u>	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
24	25	26	27	28
<u>ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3)</u>	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	<u>ENSALADA (iceberg, mesclum, pastanaga)</u>	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE FRUITA SECA AMB CLOSCA

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: clementina, mandarina, pera, poma, plàtan, raïm, taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: albergínia, bledes, bròquil, carabassa, carabassó, coliflor, espinacs, pebre, El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	
Legenda d'al·lèrgens presents:				
1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos				



Menú SENSE CARN ni PEIX

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: albergínia, bledes, bròquil, carabassa, carabassó, collifor, espinacs, pebre, El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	<u>ESPAGUETI SALTATS AMB ALL (1,3)</u>	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	<u>BRÒQUIL AL VAPOR TREMPAT AMB TOMÀTIGA</u>	<u>SOPA DE BROU DE VERDURES (1,3,9)</u>
<u>TRUITA A LA FRANCESA (3)</u>	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	TRUITA DE PATATA (3)	<u>ARRÒS A LA MILANESA DE VERDURES</u>	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	<u>ENSALADA (romana, tomàtiga)</u>		<u>TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA</u>
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
10	11	12	13	14
<u>FIDEUS DE VERDURES (1,3)</u>	CREMA DE CARABASSA	<u>ARRÒS SEC DE VERDURES</u>	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
<u>CIURONS SALTATS</u>	<u>TOFU AGUIAT (ceba, xampinyons) (6)</u>	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	<u>TRUITA A LA FRANCESA (3)</u>
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	<u>PATATA ROSTIDA</u>	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>	<u>ENSALADA (iceberg, mesclum, tomàtiga)</u>
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	<u>TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA</u>	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
<u>PILOTES DE SOJA TEXTURITZADA (6)</u>	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	<u>ARRÒS SEC DE VERDURES</u>	<u>TRUITA A LA FRANCESA (3)</u>	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (3,7)
<u>SALSA DE TOMÀTIGA I PATATES</u>	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>		ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
24	25	26	27	28
<u>ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3)</u>	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA	<u>SOPA DE BROU DE VERDURES (1,3,9)</u>	
<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	TRUITA DE PATATA (3)	<u>TRUITA A LA FRANCESA (3)</u>	<u>TOFU AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (6,7)</u>	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	<u>ENSALADA (iceberg, mesclum, pastanaga)</u>	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>	<u>PATATA A CANTONS</u>	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	

Festa escolar unificada

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos
Els aliments restringits voluntàriament en aquest menú o bé es substitueixen per aliments permessos o bé s'adapta el menú programat oferint un plat principal amb un entrant.



Menú SENSE CARN DE PORC

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	<u>ESPAGUETI SALTATS AMB ALL (1,3)</u>	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	<u>ARRÒS A LA MILANESA DE VERDURES</u>	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN Salsa de AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
<u>FIDEUS DE VERDURES (1,3)</u>	CREMA DE CARABASSA	<u>ARRÒS SEC DE VERDURES</u>	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	<u>TOFU AGUIAT (ceba, xampinyons) (6)</u>	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	<u>PATATA ROSTIDA</u>	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	<u>ARRÒS BROUÉS DE VERDURES</u>	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
<u>PILOTES DE SOJA TEXTURITZADA (6)</u>	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA (3,7)
<u>SALSAS DE TOMÀTIGA I PATATES</u>	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
<u>ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3)</u>	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE CARN

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA DE VERDURES	SOPA DE BROU DE VERDURES (1,3,9)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CIURONS
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggesteriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Salmó amb pebres i cuscús / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggesteriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS DE VERDURES (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
CIURONS SALTATS	TOFU AGUIAT (ceba, xampinyons) (6)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggesteriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggesteriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggesteriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE SOJA TEXTURITZADA (6)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ARRÒS SEC DE VERDURES	TRUITA A LA FRANCESA (3)	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	FRUITA DE TEMPORADA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Cuscús amb verdures i tofu / Fruita	Suggesteriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	TOFU AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (6,7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggesteriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i lluç amb xampinyons / Fruita	Suggesteriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggesteriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE CIURONS ni MONGETES BLANQUES o VERMELLAS

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSA DE AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i llom amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	PURÉ DE VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de lleties amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE CIURONS

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i llom amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	PURÉ DE VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de lleties amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	
Llegenda d'al·lèrgens presents:				

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE PROTÈINA DE LLET (inclou SENSE LACTOSA)

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3) (baco sense proteïna de llet ni lactosa)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	LLOM A LA PLANXA
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Llom amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de verdures amb sardines / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i fruita seca / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pa amb oli / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
POLLASTRE A LA PLANXA	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Preuinats, Embotits, Processats de carn: sense proteïna de llet ni lactosa.



Menú SENSE OU (sense traçes)

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	PASTA sense ou AMB ALL I BACÓ	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (9) (PASTA sense ou)
INDIOT A LA PLANXA	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Llom amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i llom amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (PASTA sense ou)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	PASTA sense ou GRATINADA (7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	INDIOT A LA PLANXA	ABADEJO A LA PLANXA
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (PASTA sense ou)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	LLOM AMB SALSADA DE TOMÀTIGA
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i coca de verdures / Fruita
24	25	26	27	28
PASTA sense ou A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (9) (PASTA sense ou)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	LLOM A LA PLANXA	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i pollastre amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcids 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Pasta especial sin huevo. Quesos sin huevo.



Menú SENSE PATATA

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (sense patata)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA (sense patata)	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (sense patata)	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	INDIOT A LA PLANXA	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PASTANAGA	ARRÒS BULLIT	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES (sense patata)
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I MINESTRA	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb moniato / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (sense patata)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	LLOM A LA PLANXA	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ARRÒS BULLIT	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous fregits amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE GLUTEN, TOMÀTIGA, ALL

febrer de 2025

La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.
Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga
El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
PURÉ DE VERDURES	PASTA sense gluten AMB BACÓ SALTAT	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (a) (PASTA sense gluten)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	ABADEJO AL FORN (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, pastanaga)	BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA VARIADA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Llom amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i quínoa / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (PASTA sense gluten)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	PASTA sense gluten GRATINADA (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
CEBA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, pastanaga)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza blanca casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR	FIDEUÀ DE VERDURES (PASTA sense gluten)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I ARRÒS	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS (3,7)
PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, pastanaga)	ENSALADA VARIADA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Quínoa amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
PASTA sense gluten A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (6,7)	PURÉ DE VERDURES	ARRÒS INTEGRAL AMB OLI I AROMÀTIQUES	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (a) (PASTA sense gluten)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, pastanaga)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Uet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Pasta, Pa, Farines, Masa de Pizza, Precuinats, Embotits, Processats de Cam, Llegums, Espícis: Sense Gluten.



Menú SENSE GLUTEN

febrer de 2025

La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga
El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
PURÉ DE VERDURES	PASTA sense gluten AMB ALL I BACÓ	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (6) (PASTA sense gluten)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	ABADEJO AL FORN Salsa de amb tomàtiga (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN amb VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA amb BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA amb OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA amb OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Llom amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i quínoa / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (PASTA sense gluten)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS amb VERDURES	PASTA sense gluten GRATINADA (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN amb Salsa CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN amb PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA amb BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA amb OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA amb TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR	FIDEUÀ DE VERDURES (PASTA sense gluten)	ARRÒS BRUT	CIURONS amb VERDURES I ARRÒS	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN amb PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS amb Salsa de tomàtiga (3,7)
Salsa de tomàtiga i PATATES	ENSALADA amb OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA amb OLIVES	ENSALADA amb BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Quínoa amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
PASTA sense gluten A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (6,7)	PURÉ DE VERDURES	ARRÒS INTEGRAL amb Salsa de tomàtiga CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (6) (PASTA sense gluten)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT amb ROMANÍ	INDIOT amb ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA amb TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA amb OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Pasta, Pa, Farines, Masa de Pizza, Precuinats, Embotits, Processats de Carn, Llegums, Espícs: Sense Gluten.



Menú SENSE PEIX, MARISC, FRUITA SECA AMB CLOSCA

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	TRUITA DE PATATA (3)	<u>POLLASTRE A LA PLANXA</u>	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	<u>ENSALADA (romana, tomàtiga)</u>	BRÒQUIL AL VAPOR	<u>TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA</u>
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSACAÇADORA (ceba, xampinyons)	<u>HAMBURGUESA DE CIURONS</u>	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	<u>TRUITA A LA FRANCESA (3)</u>
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>	<u>ENSALADA (iceberg, mesclum, tomàtiga)</u>
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	<u>TRUITA A LA FRANCESA (3)</u>	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>	<u>TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA</u>	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pollastre aguiat amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i ou amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
<u>POLLASTRE A LA PLANXA</u>	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	<u>ENSALADA (iceberg, mesclum, pastanaga)</u>	<u>ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)</u>	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i llom arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Uet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE PEIX ni MARISC

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	HAMBURGUESA DE CIURONS	TRUITA DE PATATA (3)	POLLASTRE A LA PLANXA	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSА CAÇADORA (ceba, xampinyons)	HAMBURGUESA DE CIURONS	TRUITA DE PATATA I CEBА (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)	ENSALADA (iceberg, mesclum, tomàtiga)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSА DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSА DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pollastre aguiat amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i ou amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSА DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
POLLASTRE A LA PLANXA	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA (iceberg, mesclum, pastanaga)	ENSALADA (iceberg, romana, tomàtiga)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i llom arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE FRUITA SECA AMB CLOSCA, MELICOTÓ, NECTARINA, PARAGUAYO, PRUNA

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE FRUITA SECA AMB CLOSCA, MANGO, KIWI, POMA, SÍNDRIA

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcids 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Uet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE FRUITA SECA AMB CLOSCA, MANGO, KIWI, POMA, SÍNDRIA

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcids 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE FRUITA SECA AMB CLOSCA

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSÀ DE AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSÀ CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	LLUÇ PANAT (1,2,3,4,6,7,14)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP DE POLLASTRE (1,3,6,7,13)	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSÀ DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (1,3,6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcids 3: Oú 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE GLUTEN ni PROTEÏNA DE LLET DE VACA (inclou sense lactosa)

febrer de 2025

La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

3	4	5	6	7
PURÉ DE VERDURES	PASTA sense gluten AMB ALL I BACÓ (baco sense proteïna de llet ni lactosa)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (g) (PASTA sense gluten)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	ABADEJO AL FORN Salsa de amb tomàtiga (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	LLOM A LA PLANXA
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Llom amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i quínoa / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de verdures amb sardines / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (PASTA sense gluten)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	PASTA sense gluten A LA NAPOLITANA (1,3)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB Salsa CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I Ceba (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pa amb oli / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR	FIDEUÀ DE VERDURES (PASTA sense gluten)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I ARRÒS	CREMA DE VERDURES
POLLASTRE A LA PLANXA	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS AMB Salsa de TOMÀTIGA (3)
Salsa de TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Quínoa amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
PASTA sense gluten A LA NAPOLITANA (1,3)	PURÉ DE VERDURES	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa de TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (g) (PASTA sense gluten)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ous 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Pasta, Pa, Farines, Masa de Pizza, Precuinats, Embotits, Processats de Carn, Llegums, Espicis: Sense Gluten.



Menú HIPOCALÒRIC, BAIX EN GREIX

febrer de 2025

La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I OLI (1,3)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	ABADEJO AL FORN SALSA DE AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	LLOM A LA PLANXA
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Indiot amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb verdures i arròs / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀTIGA (1,3)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
CEBA, TOMÀTIGA I PASTANAGA	XAMPINYONS I PASTANAGA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i fruita seca / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i sardines amb patata bullida / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
POLLASTRE A LA PLANXA	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (3)
SALSA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i hamburguesa de ciurons / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT A LA PLANXA	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	MINISTRA DE VERDURES	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç al forn amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE PROTEÍNA NDE LLET DE VACA (inclou sense Lactosa) BOLETS, PÈSOLS, MELÓ

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3) (baco sense proteïna de llet ni lactosa)	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	LLOM A LA PLANXA
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggesteriment de sopar: Llom amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggesteriment de sopar: Coca de verdures amb sardines / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM A LA PLANXA	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggesteriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggesteriment de sopar: Espirals de llegums amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i pa amb oli / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
POLLASTRE A LA PLANXA	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i sipia aguiada amb patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggesteriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggesteriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggesteriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggesteriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'alhèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE CIURONS, MONGETES TENDRES, PÈSOLS, SOJA, MARISC, FRUITA SECA AMB CLOSCA

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ESPAGUETI SALTATS AMB ALL I BACÓ (1,3) baco sense proteïna de soja	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
CORDON BLEU D'INDIOT sense proteïna de soja (1,3,7)	ABADEJO AL FORN SALSADA AMB TOMÀTIGA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	LLOM A LA PLANXA
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	PASTANAGA AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Remanat d'ous amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i llom amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (1,3) (sense mongetes ni pèsols)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES (sense mongetes ni pèsols)	PURÉ DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de lleties amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3) (sense mongetes ni pèsols)	ARRÒS BRUT (sense mongetes ni pèsols)	VERDURES (sense mongetes ni pèsols) I CUSCÚS (1)	PURÉ DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)
POLLASTRE A LA PLANXA	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	OUS BULLITS GRATINATS AMB SALSADA DE TOMÀTIGA (3,7)
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà variat / Fruita
24	25	26	27	28
ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	TRUITA DE PATATA (3)	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
BRÒCOLI I PASTANAGA AL VAPOR	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcids 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos



Menú SENSE TRUITA NI OU BULLIT

febrer de 2025

El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades és de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga

El iogurt que s'ofereix sempre és natural, de benestar animal. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	PASTA sense ou AMB ALL I BACÓ	CREMA D'ESPINACS I MONGETES BLANQUES AMB CROSTONS (1)	ARRÒS A LA MILANESA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (9) (PASTA sense ou)
INDIOT A LA PLANXA	ABADEJO AL FORN SALSADA DE AMB TOMÀTIGA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga)	MONGETES TENDRES AL VAPOR	ENSALADA AMB OLIVES (romana, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES VERDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Llom amb xampinyons i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ciurons trempats amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb pebres i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i llom amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades casolanes / Fruita
10	11	12	13	14
FIDEUS PAGESOS (PASTA sense ou)	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS SEC DE CARN I VERDURES	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	PASTA sense ou GRATINADA (7)
POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM AL FORN AMB SALSADA CAÇADORA (ceba, xampinyons)	GALLINETA AL FORN AMB PICADA (4)	INDIOT A LA PLANXA	ABADEJO A LA PLANXA
CEBA, TOMÀTIGA I PATATA	PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, tomàtiga) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema i hamburguesa de ciurons amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures, fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
17	18	19	20	21
CREMA DE COLIFLOR I LLENTIES (1)	FIDEUÀ DE VERDURES (PASTA sense ou)	ARRÒS BRUT	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	CREMA DE VERDURES
PILOTES DE CARN MIXTA (6,7,12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT A LA PLANXA	LLOM AMB SALSADA DE TOMÀTIGA
SALSADA DE TOMÀTIGA I PATATES	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga, tomàtiga)	ARRÒS BULLIT
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia aguiada amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i coca de verdures / Fruita
24	25	26	27	28
PASTA sense ou A LA CARBONARA (porro, nata, bacó) (6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSADA DE TOMÀTIGA CASOLANA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (9) (PASTA sense ou)	Festa escolar unificada
SALMÓ A LA PLANXA (4)	LLOM A LA PLANXA	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ	INDIOT AMB ESPINACS AL CURRY (ceba, nata, tomàtiga, aromàtiques) (7)	
MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA AMB TONYINA (iceberg, mesclum, pastanaga) (4)	ENSALADA AMB OLIVES (iceberg, romana, tomàtiga) (4)	PATATA A CANTONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada i pollastre amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



CEIP Génova Menú DIABETES febrero de 2025

1 ración de Arroz crudo = 13g = 38g cocinado

1 ración de Pasta cruda = 14g = 45g cocinada

1 ración de Legumbre cruda = 20g = 50g cocinada

1 ración de PATATA FRITA = 30g

1 ración de Patata asada = 35g

1 serving of raw RICE = 13g = 38g cooked

1 serving of raw PASTA = 14g = 45g cooked

1 serving of raw LEGUME = 20g = 50g cooked

1 serving of FRIED POTATO = 30g

1 servinf of ROAST POTATO = 35g

3	4	5	6	7
CORDON BLEU DE POLLO CON PATATAS HERVIDAS (Patata cocida = 227g = 3,5R - Total Plato 4,5R) 45g CH	ESPAGUETIS CON AJO Y BACON (Pasta cruda 49g = 157g cocinada = 3,5R - Total Plato con Salsa 4,5R) 45g CH	HUEVO COCIDO CON PATATA COCIDA (Patata cocida = 290g = 4,5R) 45g CH	ARROZ A LA MILANESA (Arroz crudo 45g = 131g cocinado = 3,5R - Total Plato con Salsa 4,5R) 45g CH	HAMBURGUESA CON PATATA COCIDA (Patata cocida = 290g = 4,5R) 45g CH
10	11	12	13	14
POLLO A LA PLANCHA CON PATATA ASADA (Patata asada = 157g = 4,5R) 45g CH	LOMO AL HORNO CON SALSA CAZADORA Y PATATA ASADA (Patata asada = 157g = 4,5R) 45g CH	ARROZ SECO DE CARNE Y VERDURAS (Arroz crudo 58g = 171g cocinado = 4,5R) 45g CH	HUEVO COCIDO CON PATATA COCIDA (Patata cocida = 290g = 4,5R) 45g CH	MACARRONES INTEGRALES GRATINADOS (Pasta cruda 49g = 157g cocinada = 3,5R - Total Plato con Salsa 4,5R) 45g CH
17	18	19	20	21
ALBÓNDIGAS DE CARNE CON PATATA Y VERDURAS (Patata asada 122g = 3,5R - Total Plato con Salsa 4,5R) 45g CH	FIDEUÁ DE VERDURAS Y ABADEJO (Pasta cruda = 63g = 202g cocinado = 4,5R) 45g CH	ARRÒS BRUT (Arroz crudo 58g = 171g cocinado = 4,5R) 45g CH	PAVO A LA PLANCHA CON PATATA COCIDA (Patata cocida = 290g = 4,5R) 45g CH	ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y HUEVO (Arroz crudo 45g = 131g cocinado = 3,5R - Total Plato con Salsa 4,5R) 45g CH
24	25	26	27	28
ESPIRALES A LA CARBONARA (Pasta cruda 49g = 157g cocinada = 3,5R - Total Plato con Salsa 4,5R) 45g CH	HUEVO COCIDO CON PATATA COCIDA (Patata cocida = 290g = 4,5R) 45g CH	ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y POLLO (Arroz crudo 45g = 131g cocinado = 3,5R - Total Plato con Salsa 4,5R) 45g CH	PAVO AL CURRY DE ESPINACAS CON PATATAS (Patata asada 122g = 3,5R - Total Plato con Salsa 4,5R) 45g CH	Fiesta escolar unificada