

SETEMBRE 2025

MENÚ TRITURAT

Notes

Pa integral tots els dies de la setmana.

Al·lèrgies i intoleràncies
Al·lèrgies l'ou: la truita se substituirà per truita de farina de blat de moro, llet i patates o farina de cigrons.
Intolerància a la lactosa: es farà aquest mateix menú adaptat sense lactosa.
Celíaquia: es farà aquest mateix menú adaptat sense gluten.
Al·lèrgia al peix: se substituirà per pollastre.
Al·lèrgia al marisc: es farà aquest mateix menú adaptat sense marisc.
Al·lèrgia als llegums: se substituirà per patates.
Al·lèrgia a la proteïna de la vaca: Es farà aquest mateix menú adaptat sense PLV.
Menús no porc: se substituirà per pollastre.

L'oli que s'utilitza per cuinar és de gira-sol alt oleic i oli d'oliva verge.
En la programació de menús no carn els primers plats s'adaptaran als segons se substituirà la carn per ou o peix blanc o blau.

Els nostres proveïdors estan certificats en carns Halal.

Salses i Sofregits
Amanida campera: patates, olives verdes, tomàquet, tonyina, oli d'oliva, vinagre i sal.
Amanida variada: enciam, tomàquet, blat de moro, pastanaga ratllada, olives i oli d'oliva.
Sofregit de verdura: pebrot vermell, tomàquet, ceba, sal i oli d'oliva.
Salsa de tomàquet: tomàquet, ceba, pastanaga, all, sal i oli d'oliva.
Salsa carbonara: sal, oli d'oliva, llet, xampinyons, bacó i farina.
Salsa bolonyesa: tomàquet, carn de vedella, ceba, oli, sal i herbes provençals.
Salsa pesto: alfàbrega, sal, orenga, pebre blanc, oli d'oliva verge i patata.
Salsa verda: brou de peix, ceba, alls, oli de gira-sol, pèsols, julivert i sal.
Salsa de carn: bresa de verdures (ceba, porro, pastanaga, tomàquet), aigua, midó i sal.
Salsa de ceps: oli de gira-sol, sal, pebre negre, ceba, llet, farina, xampinyons, ceps i llenegues.
Salsa jardinera: mongeta verda, pastanaga, patata, pèsols, oli de gira-sol, aigua, tomàquet, espècies i sal.
Salsa mediterrània: tomàquet, pebrot vermell, ceba i oli d'oliva.

MªCarmen Ávila

Dietista-Nutricionista | Col·legiada Núm. CAT001011

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2 VACANCES	3	4 VACANCES	5
8 Sèmola, carbassa, porro, oli d'oliva Ou iogurt	9 Patata, pastanaga, mongeta tendra, oli d'oliva Lluç iogurt	10 Llegum, carbassa, porro, oli d'oliva Pollastre iogurt	11 FESTA	12 Patata, pastanaga, porro, api, oli d'oliva Vedella iogurt
15 Patata, carbassa, porro, oli d'oliva Lluç iogurt	16 Sémola, pastanaga, mongeta tendra, oli d'oliva Llom iogurt	17 Llegum, carbassa, porro, oli d'oliva Ou iogurt	18 Patata, pastanaga, carbassó, oli d'oliva Bacallà iogurt	19 Patata, pastanaga, porro, api, oli d'oliva Gall dindi iogurt
22 Llegum, carbassa, porro, oli d'oliva Lluç iogurt	23 Patata, pastanaga, mongeta tendra, oli d'oliva Pollastre iogurt	24 Patata, carbassa, porro, oli d'oliva Ou iogurt	25 Sèmola, pastanaga, carbassó, oli d'oliva Vedella iogurt	26 Patata, pastanaga, porro, api, oli d'oliva Salmó iogurt
29 Sèmola, carbassa, porro, oli d'oliva Pollastre iogurt	30 Llegum, pastanaga, mongeta tendra, oli d'oliva Ou iogurt			