

Novembre 2023

CEE CONCHA ESPINA

MENÚ SENSE PORC

Les fruites del temps són: kiwi, mandarina, mango, poma,...

Es servirà pa integral.
Ús de sal lodada per cuinar.

Hi ha aigua accessible pels infants.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Sopa de lletres de la tardor

C	R	F	I	R	O	N	S	F	C	N	T	R	Y
Q	E	U	E	T	E	V	A	A	J	U	H	O	O
O	A	E	D	E	P	N	E	U	D	W	I	J	
S	N	J	I	I	Y	C	A	S	T	A	N	Y	A
C	A	W	W	C	K	U	E	W	O	H	E	P	G
C	O	D	O	N	Y	A	T	M	R	O	H	A	J
H	M	H	E	Y	O	N	I	A	L	B	F	D	J
G	V	H	P	A	C	L	Y	U	X	Z	E	T	Q
I	S	B	E	U	G	U	I	N	E	U	J	E	E
E	P	A	R	A	I	G	U	E	S	C	Z	D	T
P	I	N	Y	O	T	V	M	O	N	I	A	T	O
M	E	S	Q	U	I	R	O	L	F	Y	E	A	X
W	A	G	L	A	K	M	A	G	R	A	N	A	W
V	S	A	C	A	R	B	A	S	S	A	K	W	V



DILLUNS



DIMARTS



DIMECRES

1
FESTIU

DIJOUS

2
LLENTIES GUISADES **AMB VERDURES**
"MANDONGUILLES" DE LLUÇ I CALAMAR" AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES

3
ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORT
CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

6
PURÉ DE NAP I PASTANAGA
FIDEUÀ MARINERA
FRUITA DEL TEMPS

7
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

8
COLIFLOR AMB PATATA
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

9
SOPA **VEGETAL** AMB PISTONS
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA
I OGURT

10
RISOTTO DE BOLETS
HAMBURGUESA **D'AU O DE VEDELLA** AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

13
LLENTIES **GUISADES AMB VERDURES**
OUS DURS AMB TOMÀQUET AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

14
ESPAGUETIS AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE
ESTOFAT DE GALL D'INDI A LA JARDINERA
FRUITA DEL TEMPS

15
ARRÒS AMB TOMÀQUET
CALAMARS ROMANA AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

16
CREMA DE PORROS AMB CROSTONS
CUIXA DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
I OGURT

17
BLEDES AMB PATATES SALTEJADES AMB ALLET
PIZZA CASOLANA (S/PORC) AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

20
ARRÒS CALDÓS **(S/PORC)**
PEIX AMB SUAU MUSSOLINA D'ALLIOLI I AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

21
PURÉ DE CARBASSA
TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22
OLLA BARREJADA DE CIGRONS AMB COL I PASTANAGA **(S/PORC)**
DELICIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

23
MONGETA VERDA I PATATA
PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALSETA I VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

24
SOPA DE PEIX
GUISAT D'OUS DURS AMB PATATES
I OGURT

27
MINESTRA DE VERDURES
PAELLA MARINERA
FRUITA DEL TEMPS

28
MONGETES BLANQUES **ESTOFADES AMB VERDURES**
TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

29
CREMA DE CARBASSÓ
MANDONGUILLES **D'AU O VEGETALS** AMB SALS DE TOMÀQUET I VERDURETES
FRUITA DEL TEMPS

30
TALLARINS AMB VERDURES I SALS DE SOIA
PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLIMONA AMB AMANIDA
I OGURT