



ROTACIÓ MENÚS 2023-2024

DIETA: BASAL

*Rotació de menú del mes de octubre al mes d'abril

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
inici setmana		(02/10) (06/11) (11/12) (29/01) (04/03)				
1 SETMANA	<i>Primer plat</i>	Arròs amb tomàquet	Minestra de verdures(pastanaga, coliflor, carxofa, i patata)	Crema de Carbassa(patata, carbassa i ceba)	Macarrons amb salsa de bolets	Sopa de brou vegetal amb arròs integral
	<i>Segon plat</i>	Truita francesa de carbassó	Pollastre rostit amb allada	Mandonguilles de vedella amb salsa jardineria	Bacallà al forn	Falafel de cigrons al forn
	<i>Guarnició</i>	Enciam i cogombre	Enciam i blat de moro	Fruita del temps	Enciam i remolatxa	Enciam i blat de moro
	<i>Postres</i>	Fruita del temps	Fruita del temps		Làctic	Fruita del temps
inici setmana		(09/10) (13/11) (18/12) (05/02) (11/03)				
2 SETMANA	<i>Primer plat</i>	Risotto de carbassa(ceba, carbassa)	Llenties estofades amb verdures(porro, pastanaga, ceba i pebrot)	Sopa de galets amb hortalisses d'escudella	Cigrons guisats amb patates	Crema de broquil, ceba i pastanaga
	<i>Segon plat</i>	Croquetes de rostit	Filet de lluç al forn amb llit de ceba	Bistec de pollastre al forn	Truita francesa	Botifarra de porc al forn
	<i>Guarnició</i>	Enciam i olives		Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre	Patates xips
	<i>Postres</i>	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic
inici setmana		(16/10) (20/11) (08/01) (12/02) (18/03)				
3 SETMANA	<i>Primer plat</i>	Tirabuixons amb salsa de tomàquet i formatge	Arròs amb verduretes	Sopa de peix amb arròs integral (cap de rap i sofregit de verdures)	Cigrons amb sofregit d'hortalisses	Mongeta tendra amb patata
	<i>Segon plat</i>	Llom de rap al forn amb ceba	Truita francesa de carbassó	Pernilets de pollastre al forn	Bunyols de bacallà	Rostit de vedella amb ceba i pastanaga
	<i>Guarnició</i>	Enciam i blat de moro	Enciam i pipes	Enciam i tomàquet		
	<i>Postres</i>	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic
inici setmana		(23/10) (27/11) (15/01) (19/02)				
4 SETMANA	<i>Primer plat</i>	Crema de pastanaga	Paella d'hortalisses(carbassó, ceba, xampinyo i pastanaga)	Llenties estofades amb verdures(porro, pastanaga, ceba i pebrot)	Espaguetis integrals amb tomàquet i carbassó	Minestra de verdures(pastanaga, coliflor, carxofa, i patata)
	<i>Segon plat</i>	Varetes de lluç amb Saltejat de llenties i quinoa	Croquetes de bacallà	Bistec de pollastre planxa	Hamburguesa de vedella a la planxa	Bacallà al forn
	<i>Guarnició</i>		Enciam i pastanaga	Enciam i panses	Enciam i cogombre	Amb llit de patata i ceba
	<i>Postres</i>	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps
inici setmana		(30/10) (04/12) (22/01) (26/02)				
5 SETMANA	<i>Primer plat</i>	Arròs integral amb tomàquet	Mongeta tendra i patata	Llaçet tricolor amb salsa pesto	Crema de carbassó i porro	Cigrons guisats amb patates
	<i>Segon plat</i>	Truita francesa amb formatge	Escalopa de pollastre	Salmó al forn amb salsa de taronja	Estofat de gall d'indi amb patata i pèsols	Llom al forn
	<i>Guarnició</i>	Enciam i pipes	Enciam i blat de moro	Mezclum d'enciam i remolatxa		Enciam i tomàquet
	<i>Postres</i>	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Macedonia de fruites

 ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA INTEGRAL I AIGUA

 CUINAT AMB OLI D'OLIVA O OLI DE GIRASOL ALT OLEIC



Recomanacions del Departament de Salut de Ja Generalitat de Catalunya.
L'edat d'introducció d'aliments, pot variar en funció de cada pediatra.

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.