



ROTACIÓ MENÚS 2023-2024

DIETA: NO CARN

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

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
inici setmana		(02/10) (06/11) (11/12) (29/01) (04/03)				
1 SETMANA	Primer plat	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
	Segon plat	Truita frances de carbassó	Mandonguilles de lluç	Hamburguesa de coliflor i formatge	Bacallà al forn	Falafel de cigrons al forn
	Guarnició	Enciam i cogombre	Enciam i blat de moro	Fruita del temps	Enciam i remolatxa	Enciam i blat de moro
	Postres	Fruita del temps	Fruita del temps		Làctic	Fruita del temps
inici setmana		(09/10) (13/11) (18/12) (05/02) (11/03)				
2 SETMANA	Primer plat	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
	Segon plat	Croquetes de bacalla	Filet de lluç al forn amb lilit de ceba	Hamburguesa de coliflor i formatge	Truita francesa	Hamburguesa de peix planxa
	Guarnició	Enciam i olives		Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre	Patates xips
	Postres	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	Primer plat	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
	Segon plat	Llom de rap al forn amb ceba	Truita francesa de carbassó	Hamburguesa de coliflor i formatge	Bunyols de bacallà	Hamburguesa de peix planxa
	Guarnició	Enciam i blat de moro	Enciam i pipes	Enciam i tomàquet	Fruita del temps	Làctic
	Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		
inici setmana		(23/10) (27/11) (15/01) (19/02)				
4 SETMANA	Primer plat	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)
	Segon plat	Varetes de lluç amb Saltejat de llenties i quinoa	Croquetes de bacallà	Hamburguesa de coliflor i formatge	Hamburguesa de peix planxa	Bacallà al forn
	Guarnició		Enciam i pastanaga	Enciam i panses	Enciam i cogombre	Amb lilit de patata i ceba
	Postres	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	Primer plat	Arròs integral amb tomàquet	Mongeta tendra i patata	Llaçet tricolor amb salsa pesto	Crema de carbassó i porro	Cigrons guisats amb patates
	Segon plat	Truita francesa amb formatge	Hamburguesa de peix planxa	Salmó al forn amb salsa de taronja	Hamburguesa de coliflor i formatge	Croquetes de bacallà
	Guarnició	Enciam i pipes	Enciam i blat de moro	Mezclum d'enciam i remolatxa		Enciam i tomàquet
	Postres	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 la 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.