

Menú escola Ciutat Cooperativa

JUNY 2021 menú sense porc



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Mongetes blanques 1 saltejades amb verdures Tiretes de lluç casolanes i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	Crema de pastanaga 2 Seitan amb salsa de formatge Fruita del temps	Amanida completa amb formatge fresc i poma Paella de peix logurt natural ECO 3	Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge 4 Truita a la francesa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps
Llenties estofades amb hortalisses Palometa al forn i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps 7	Arròs integral amb salsa de tomàquet 8 Truita a la francesa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	Puré de verdures 9 Daus de vedella a l'orenga i patates fregides casolanes Fruita del temps	Amanida de pasta (sense pernil) 10 Aletes de pollastre al forn i amanida de tomàquet i orenga logurt natural ECO	Mongeta tendra amb patata Rap a la marinera Fruita del temps 11
Crema de carbassó Truita de patates i amanida d'enciam i olives Fruita del temps 14	Arròs tres delícies (sense pernil) 15 Gall dindi agredolç i carbassó arrebossat Fruita del temps	Cigrons a la jardineria 16 Salsitxes vegetals al forn i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	Espaguetis a la carbonara (sense bacon) 17 Peix fresc al forn i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural ECO	Minestra de verdures 18 Pit de pollastre arrebossat i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps
Arròs amb verdures 21 Truita de formatge i amanida d'enciam i pipes de gira-sol Fruita del temps	Àpat de fi de curs 22 Hamburguesa de vedella completa amb patates fregides i mica de quètxup Gelats de gel Refresc sense gas ni sucre	VACANCES 23	VACANCES 24	VACANCES 25
VACANCES 28	VACANCES 29	VACANCES 30	VACANCES 31	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.

Menú escola Ciutat Cooperativa

JUNY 2021 menú sense carn

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Mongetes blanques 1 saltejades amb verdures Tiretes de lluç casolanes i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	Crema de pastanaga 2 Seitan amb salsa de formatge Fruita del temps	Amanida completa amb formatge fresc i poma Paella de peix logurt natural ECO 3	Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge 4 Truita a la francesa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps
Llenties estofades amb hortalisses Palometa al forn i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps 7	Arròs integral amb salsa de tomàquet 8 Truita a la francesa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	Puré de verdures 9 Tofu a l'orenga i patates fregides casolanes Fruita del temps	Amanida de pasta (sense pernil) 10 Truita a la francesa i amanida de tomàquet i orenga logurt natural ECO	Mongeta tendra amb patata Rap a la marinera Fruita del temps 11
Crema de carbassó 14 Truita de patates i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Arròs tres delícies (sense pernil) 15 Lluç a la planxa i carbassó arrebossat Fruita del temps	Cigrons a la jardineria 16 Salsitxes vegetals al forn i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	Espaguetis a la carbonara (sense bacon) 17 Peix fresc al forn i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural ECO	Minestra de verdures 18 Formatge edam arrebossat i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps
Arròs amb verdures 21 Truita de formatge i amanida d'enciam i pipes de gira-sol Fruita del temps	Àpat de fi de curs 22 Hamburguesa vegetal completa amb patates fregides i mica de quètxup Gelats de gel Refresc sense gas ni sucre	23 VACANCES	24 VACANCES	25 VACANCES
28 VACANCES	29 VACANCES	30 VACANCES	31 VACANCES	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.

Menú escola Ciutat Cooperativa

JUNY 2021 menú sense gluten, lactosa, fruits secs



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense gluten, lactosa, fruits secs ni traces. # Producte especial sense gluten, lactosa ni fruits secs</p>	<p>1 Mongetes blanques saltejades amb bacó* Tiretes# de lluç casolanes i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>2 Crema de pastanaga Llom de porc amb salsa de formatge (amb maizena i formatge sense lactosa#) Fruita del temps</p>	<p>3 Amanida completa amb formatge sense lactosa# i poma Paella de peix logurt sense lactosa#</p>	<p>4 Macarrons# amb salsa de tomàquet i formatge sense lactosa# Trita a la francesa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps</p>
<p>7 Llenties estofades amb hortalisses Palometa al forn i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps</p>	<p>8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Trita de pernil* i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>9 Puré de verdures Daus* de vedella a l'orenga i patates fregides casolanes Fruita del temps</p>	<p>10 Amanida de pasta# (amb pernil*) Aletes de pollastre al forn i amanida de tomàquet i orenga logurt sense lactosa#</p>	<p>11 Mongeta tendra amb patata Rap amb salsa de tomàquet Fruita del temps</p>
<p>14 Crema de carbassó (sense llet) Trita de patates i amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>15 Arròs tres delícies (amb pernil*) Gall dindi agredolç (amb salsa de soja#) i carbassó arrebossat# Fruita del temps</p>	<p>16 Cigrons a la jardineria Salsitxes* de porc al forn i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>	<p>17 Espaguetis# a la carbonara (amb bacon* i maizena i llet sense lactosa#) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i blat de moro logurt sense lactosa#</p>	<p>18 Minestra de verdures Pit de pollastre arrebossat# i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</p>
<p>21 Arròs amb verdures Trita de formatge i amanida d'enciam Fruita del temps</p>	<p>22 Àpat de fi de curs Hamburguesa* completa (amb pa i formatge#) amb patates fregides i mica de quètxup* Gelat de gel* Refresc sense gas ni sucre</p>	<p>23 VACANCES</p>	<p>24 VACANCES</p>	<p>25 VACANCES</p>
<p>28 VACANCES</p>	<p>29 VACANCES</p>	<p>30 VACANCES</p>	<p>31 VACANCES</p>	<p>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.</p>

Menú escola Ciutat Cooperativa

JUNY 2021 menú sense gluten



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense gluten, ni traces. # Producte especial sense gluten</p>	<p>Mongetes blanques 1 saltejades amb bacó* Tiretes# de lluç casolanes i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>2 Crema de pastanaga Llom de porc amb salsa de formatge (amb maizena#) Fruita del temps</p>	<p>3 Amanida completa amb formatge fresc i poma Paella de peix logurt natural ECO</p>	<p>4 Macarrons# amb salsa de tomàquet i formatge Trita a la francesa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps</p>
<p>7 Llenties estofades amb hortalisses Palometa al forn i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps</p>	<p>8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Trita de pernil* i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>9 Puré de verdures Daus* de vedella a l'orenga i patates fregides casolanes Fruita del temps</p>	<p>10 Amanida de pasta# (amb pernil*) Aletes de pollastre al forn i amanida de tomàquet i orenga logurt natural ECO</p>	<p>11 Mongeta tendra amb patata Rap amb salsa de tomàquet Fruita del temps</p>
<p>14 Crema de carbassó Trita de patates i amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>15 Arròs tres delícies (amb pernil*) Gall dindi agredolç (amb salsa de soja#) i carbassó arrebossat# Fruita del temps</p>	<p>16 Cigrons a la jardinera Salsitxes* de porc al forn i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>	<p>17 Espaguetis# a la carbonara (amb bacon* i maizena#) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural ECO</p>	<p>18 Minestra de verdures Pit de pollastre arrebossat# i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</p>
<p>21 Arròs amb verdures Trita de formatge i amanida d'enciam Fruita del temps</p>	<p>22 Àpat de fi de curs Hamburguesa* completa (amb pa#) amb patates fregides i mica de quètxup* Gelat de gel* Refresc sense gas ni sucre</p>	<p>23 VACANCES</p>	<p>24 VACANCES</p>	<p>25 VACANCES</p>
<p>28 VACANCES</p>	<p>29 VACANCES</p>	<p>30 VACANCES</p>	<p>31 VACANCES</p>	<p>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.</p>

Menú escola Ciutat Cooperativa

JUNY 2021 menú sense gluten, PLV, albergínia, ou, nectarina, pistatxo, salmó, mel, bitxo

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>*Plat o producte sense gluten, PLV, albergínia, ou, nectarina, pistatxo, salmó, mel, bitxo ni traces.</p> <p>#Producte especial sense gluten, PLV, albergínia, ou, nectarina, pistatxo, salmó, mel ni bitxo.</p>	<p>1</p> <p>Mongetes blanques saltejades amb bacó*</p> <p>Tiretes# de lluç casolanes i amanida d'enciam i brots de soja</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>2</p> <p>Crema de pastanaga Llom de porc amb salsa de formatge sense lactosa#</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>3</p> <p>Amanida completa amb gall dindi# i poma</p> <p>Paella de peix logurt de soja#</p>	<p>4</p> <p>Macarrons# amb salsa de tomàquet i formatge sense lactosa#</p> <p>Pit de pollastre a la planxa i amanida d'enciam i col llombarda</p> <p>Fruita del temps*</p>
<p>7</p> <p>Llenties estofades amb hortalisses</p> <p>Palometa al forn i amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>8</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Llom a la planxa i amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>9</p> <p>Puré de verdures</p> <p>Daus* de vedella a l'orenga i patates fregides casolanes</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>10</p> <p>Amanida de pasta# (amb pernil*)</p> <p>Aletes de pollastre al forn i amanida de tomàquet i orenga</p> <p>logurt de soja#</p>	<p>11</p> <p>Mongeta tendra amb patata</p> <p>Rap amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita del temps*</p>
<p>14</p> <p>Crema de carbassó (sense llet)</p> <p>Bistec a la planxa i amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>15</p> <p>Arròs tres delícies (amb pernil* i sense ou)</p> <p>Gall dindi agre dolç i carbassó arrebossat#</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>16</p> <p>Cigrons a la jardinera</p> <p>Salsitxes* de porc al forn i amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>17</p> <p>Espaguetis# amb verdures i bacon*</p> <p>Peix fresc (no salmó) al forn i amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>logurt de soja#</p>	<p>18</p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Pit de pollastre arrebossat# i amanida d'enciam i germinats</p> <p>Fruita del temps*</p>
<p>21</p> <p>Arròs amb verdures</p> <p>Lluç a la planxa i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>22</p> <p>Àpat de fi de curs</p> <p>Hamburguesa* completa (amb pa# i sense formatge) amb patates fregides i mica de quètxup*</p> <p>Gelat de gel*</p> <p>Refresc sense gas ni sucre</p>	<p>23</p> <p>VACANCES</p>	<p>24</p> <p>VACANCES</p>	<p>25</p> <p>VACANCES</p>
<p>28</p> <p>VACANCES</p>	<p>29</p> <p>VACANCES</p>	<p>30</p> <p>VACANCES</p>	<p>31</p> <p>VACANCES</p>	<p>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs, que no conté traces d'ou. Es fa servir formatge ratllat sense lactosa</p> <p>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.</p>

Menú escola Ciutat Cooperativa

JUNY 2021 menú sense lactosa

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Mongetes blanques 1 saltejades amb bacó* Tiretes* de lluç casolanes i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	Crema de pastanaga 2 Llom de porc amb salsa de formatge sense lactosa# Fruita del temps	Amanida completa amb 3 formatge sense lactosa# i poma Paella de peix logurt sense lactosa#	Macarrons amb salsa de 4 tomàquet i formatge sense lactosa# Truita a la francesa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps
Llenties estofades 7 amb hortalisses Palometa al forn i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	Arròs integral amb 8 salsa de tomàquet Truita de pernil* i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	Purè de verdures 9 Daus* de vedella a l'orenga i patates fregides casolanes Fruita del temps	Amanida de pasta 10 (amb pernil*) Aletes de pollastre al forn i amanida de tomàquet i orenga logurt sense lactosa#	Mongeta tendra 11 amb patata Rap amb salsa de tomàquet Fruita del temps
14 Crema de carbassó (sense llet) Truita de patates i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	15 Arròs tres delícies (amb pernil*) Gall dindi agredolç i carbassó arrebossat* Fruita del temps	16 Cigrons a la jardinera Salsitxes* de porc al forn i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	17 Espaguetis a la carbonara (amb bacon* i llet sense lactosa#) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i blat de moro logurt sense lactosa#	18 Minestra de verdures Pit de pollastre arrebossat* i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps
21 Arròs amb verdures Truita de formatge sense lactosa# i amanida d'enciam i pipes de gira-sol Fruita del temps	Àpat de fi de curs 22 Hamburguesa* completa (amb pa i formatge sense lactosa#) patates fregides i mica de quètxup Gelat de gel* Refresc sense gas ni sucre	23 VACANCES	24 VACANCES	25 VACANCES
28 VACANCES	29 VACANCES	30 VACANCES	31 VACANCES	Postres làctics Kaiku sense lactosa. *Plat o producte sense lactosa, ni traces. # Producte especial sense lactosa

Menú escola Ciutat Cooperativa

JUNY 2021 menú sense fruits secs, préssec, taronja



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Mongetes blanques saltejades amb bacó Tiretes* de lluç casolanes i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps*	Crema de pastanaga Llom de porc amb salsa de formatge* Fruita del temps*	Amanida completa amb formatge fresc i poma Paella de peix logurt natural ECO	Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge Truita a la francesa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps*
Llenties estofades amb hortalisses Palometa al forn i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps*	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de pernil i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps*	Puré de verdures Daus* de vedella a l'orenga i patates fregides casolanes Fruita del temps*	Amanida de pasta Aletes de pollastre al forn i amanida de tomàquet i orenga logurt natural ECO	Mongeta tendra amb patata Rap amb salsa de tomàquet Fruita del temps*
Crema de carbassó Truita de patates i amanida d'enciam i olives Fruita del temps*	Arròs tres delícies Gall dindi agredolç i carbassó arrebossat* Fruita del temps*	Cigrons a la jardineria Salsitxes* de porc al forn i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps*	Espaguetis a la carbonara* Peix fresc al forn i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural ECO	Minestra de verdures Pit de pollastre arrebossat* i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps*
Arròs amb verdures Truita de formatge i amanida d'enciam i pipes de gira-sol Fruita del temps*	Àpat de fi de curs Hamburguesa* completa (amb pa#) amb patates fregides i mica de quètxup Gelat de gel* Sense refresc	VACANCES	VACANCES	VACANCES
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES	Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense fruits secs, ni traces. #Producte especial sense fruits secs

Menú escola Ciutat Cooperativa

JUNY 2021 menú sense colesterol



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Mongetes blanques 1 saltejades amb verdures Lluç a la planxa i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	2 Crema de pastanaga Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam Fruita del temps	3 Amanida completa amb formatge fresc i poma Paella de peix logurt desnatat	4 Macarrons amb salsa de tomàquet casolana i formatge Truita a la francesa i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps
7 Llenties estofades amb hortalisses Palometa al forn i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita a la francesa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	9 Puré de verdures Daus de vedella a l'orenga i patates fregides casolanes Fruita del temps	10 Amanida de pasta Aletes de pollastre al forn i amanida de tomàquet i orenga logurt desnatat	11 Mongeta tendra amb patata Rap a la marinera Fruita del temps
14 Crema de carbassó Truita de patates i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	15 Arròs tres delícies Gall dindi agredolç i carbassó arrebossat Fruita del temps	16 Cigrons a la jardinera Llom a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	17 Espaguetis amb verdures (sense bacon) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i blat de moro logurt desnatat	18 Minestra de verdures Pit de pollastre a la planxa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps
21 Arròs amb verdures Truita de formatge i amanida d'enciam i pipes de gira-sol Fruita del temps	22 Àpat de fi de curs Entrepà complet amb bistec i patates al caliu logurt desnatat	23 VACANCES	24 VACANCES	25 VACANCES
28 VACANCES	29 VACANCES	30 VACANCES	31 VACANCES	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.