

# ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025



| DILLUNS                                                                                                                                                                                                       | DIMARTS                                                                                                                                                                                                       | DIMECRES                                                                                                                                                                                                                     | DIJOUS                                                                                                                                                                                                                 | DIVENDRES                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres</li> <li>Truita paisana</li> <li>Amanida d'enciams i olives</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                 | 3<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties amb verdures i patata</li> <li>Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup</li> <li>logurt Natural</li> </ul>                                       | 4<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs guisat amb ceba i carbassa</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>Amanida d'enciam i panses</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                   | 5<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa vegetal amb maravella i polenta</li> <li>Hamburguesa de vedella</li> <li>Amanida d'enciam i magrana</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                              | 6<br><b>FESTA</b>                                                                                                                                                                                                            |
| 9<br><b>FESTA</b>                                                                                                                                                                                             | 10<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Espagetis amb salsa napolitana</li> <li>Truita de pastanaga</li> <li>Amanida d'enciams i naps ratllats</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                      | 11<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li> <li>Llom* a la planxa amb salsa de ceba</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                   | 12<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>Amanida d'enciams i sèsam</li> <li>logurt Natural</li> </ul> | 13<br><ul style="list-style-type: none"> <li>"Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>Pizza* hortolana amb pernil dolç*, verdures i tomàquet</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                    |
| 16<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada</li> <li>Truita de formatge*</li> <li>Amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>Fruita del temps</li> </ul> | 17<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb salsa de tomàquet</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>Amanida d'enciams i pipes</li> <li>logurt Natural</li> </ul> | 18<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades</li> <li>Guisat de gall dindi* amb pastanaga</li> <li>Amanida d'enciams i poma</li> <li>Fruita del temps</li> </ul> | 19<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Cigrons estofats amb patata i verdures</li> <li>Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                               | 20<br><b>MENÚ DE NADAL</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de nadal amb galets</li> <li>Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>Torró* de xocolata cruixent - Neules*</li> </ul> |
| 23                                                                                                                                                                                                            | 24                                                                                                                                                                                                            | 25                                                                                                                                                                                                                           | 26                                                                                                                                                                                                                     | 27                                                                                                                                                                                                                           |
| 30                                                                                                                                                                                                            | 31                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |

**Menús valorats nutricionalment per:** GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

# ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

HALAL



| DILLUNS                                                                                                                                                                                                   | DIMARTS                                                                                                                                                                                                       | DIMECRES                                                                                                                                                                                                                     | DIJOUS                                                                                                                                                                                                                    | DIVENDRES                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres</li> <li>Truita paisana s/xoriço</li> <li>Amanida d'enciams i olives</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>    | 3<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties amb verdures i patata</li> <li>Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup</li> <li>logurt Natural</li> </ul>                                       | 4<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs guisat amb ceba i carbassa</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>Amanida d'enciam i panses</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                   | 5<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa vegetal amb maravella i polenta</li> <li>Hamburguesa de vedella s/porc</li> <li>Amanida d'enciam i magrana</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                          | 6<br><b>FESTA</b>                                                                                                                                                                                       |
| 9<br><b>FESTA</b>                                                                                                                                                                                         | 10<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis amb salsa napolitana</li> <li>Truita de pastanaga i patates</li> <li>Amanida d'enciams i naps ratllats</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>           | 11<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Mill amb verdures</li> <li>Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                                     | 12<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)</li> <li>Peix de llotja segons les millor captures**</li> <li>Amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>logurt Natural</li> </ul> | 13<br><ul style="list-style-type: none"> <li>"Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                             |
| 16<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada</li> <li>Truita de formatge*</li> <li>Amanida d'enciams i sèsam</li> <li>Fruita del temps</li> </ul> | 17<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb salsa de tomàquet</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>Amanida d'enciams i pipes</li> <li>logurt Natural</li> </ul> | 18<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades</li> <li>Guisat de gall dindi* amb pastanaga</li> <li>Amanida d'enciams i poma</li> <li>Fruita del temps</li> </ul> | 19<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Cigrons estofats amb patata i verdures</li> <li>Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                                  | 20<br><b>MENÚ DE NADAL</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de nadal vegetal amb galets i mongetes</li> <li>Canelons d'espínacs</li> <li>Torró* de xocolata cruixent - Neules*</li> </ul> |
| 23                                                                                                                                                                                                        | 24                                                                                                                                                                                                            | 25                                                                                                                                                                                                                           | 26                                                                                                                                                                                                                        | 27                                                                                                                                                                                                      |
| 30                                                                                                                                                                                                        | 31                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                         |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE CURS 2024-2025

OVOLACTOVEGETARIÀ



| DILLUNS                                                                                                                                                                                               | DIMARTS                                                                                                                                                                           | DIMECRES                                                                                                                                                                                                      | DIJOUS                                                                                                                                                                                                | DIVENDRES                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 <ul style="list-style-type: none"><li>Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres</li><li>Truita paisana s/xoriço</li><li>Amanida d'enciams i olives</li><li>Fruita del temps</li></ul>        | 3 <ul style="list-style-type: none"><li>Llenties amb verdures i patata</li><li>Seità saltat amb salsa de tomàquet</li><li>logurt Natural</li></ul>                                | 4 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs guisat amb ceba i carbassa</li><li>Cigrons guisats amb verdures</li><li>Amanida d'enciam i panses</li><li>Fruita del temps</li></ul>                            | 5 <ul style="list-style-type: none"><li>Sopa vegetal amb maravella i polenta</li><li>Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***</li><li>Amanida d'enciam i magrana</li><li>Fruita del temps</li></ul> | 6 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                                             |
| 9 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                                    | 10 <ul style="list-style-type: none"><li>Espaguetis amb salsa napolitana</li><li>Truita de pastanaga</li><li>Amanida d'enciams i naps ratllats</li><li>Fruita del temps</li></ul> | 11 <ul style="list-style-type: none"><li>Mill amb verdures</li><li>Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li><li>Fruita del temps</li></ul>                                             | 12 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)</li><li>Guisat de llenties amb verdures</li><li>Amanida d'enciams i sèsam</li><li>logurt Natural</li></ul>     | 13 <ul style="list-style-type: none"><li>"Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li><li>Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet</li><li>Fruita del temps</li></ul>                                           |
| 16 <ul style="list-style-type: none"><li>Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada</li><li>Truita de formatge*</li><li>Amanida d'enciams i pastanaga</li><li>Fruita del temps</li></ul> | 17 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs integral amb salsa de tomàquet</li><li>Estofat de llenties</li><li>Amanida d'enciams i pipes</li><li>logurt Natural</li></ul>      | 18 <ul style="list-style-type: none"><li>Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades</li><li>Guisat de tofu amb pastanaga</li><li>Amanida d'enciams i poma</li><li>Fruita del temps</li></ul> | 19 <ul style="list-style-type: none"><li>Cigrons estofats amb patata i verdures</li><li>Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li><li>Fruita del temps</li></ul>                                     | 20 <div>MENÚ DE NADAL</div> <ul style="list-style-type: none"><li>Sopa vegetal de nadal amb galets i mongetes</li><li>Canelons d'espínacs amb beixamel</li><li>Torró* de xocolata cruixent - Neules*</li></ul> |
| 23                                                                                                                                                                                                    | 24                                                                                                                                                                                | 25                                                                                                                                                                                                            | 26                                                                                                                                                                                                    | 27                                                                                                                                                                                                             |
| 30                                                                                                                                                                                                    | 31                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarneïció a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

SENSE FRUITS SECS



| DILLUNS                                                                                                                                                                                   | DIMARTS                                                                                                                                                                                       | DIMECRES                                                                                                                                                                                           | DIJOUS                                                                                                                                                                                                            | DIVENDRES                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 <ul style="list-style-type: none"><li>Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres</li><li>Truita paisana</li><li>Amanida d'enciams i olives</li><li>Fruita del temps</li></ul>     | 3 <ul style="list-style-type: none"><li>Llenties amb verdures i patata</li><li>Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup</li><li>logurt Natural</li></ul>                              | 4 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs guisat amb ceba i carbassa</li><li>Peix de llotja segons les millors captures**</li><li>Amanida d'enciam i panses</li><li>Fruita del temps</li></ul> | 5 <ul style="list-style-type: none"><li>Sopa vegetal amb maravella i polenta</li><li>Hamburguesa de vedella</li><li>Amanida d'enciam i magrana</li><li>Fruita del temps</li></ul>                                 | 6 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                          |
| 9 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                        | 10 <ul style="list-style-type: none"><li>Espaguetis amb salsa napolitana</li><li>Truita de pastanaga</li><li>Amanida d'enciams i naps ratllats</li><li>Fruita del temps</li></ul>             | 11 <ul style="list-style-type: none"><li>Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li><li>Llom* a la planxa amb salsa de ceba</li><li>Fruita del temps</li></ul>                | 12 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)</li><li>Peix de llotja segons les millor captures**</li><li>Amanida d'enciams i pastanaga</li><li>logurt Natural</li></ul> | 13 <ul style="list-style-type: none"><li>"Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li><li>Pizza* hortolana especial amb pernil dolç*, verdures i tomàquet</li><li>Fruita del temps</li></ul> |
| 16 <ul style="list-style-type: none"><li>Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada</li><li>Truita de formatge*</li><li>Amanida d'enciams</li><li>Fruita del temps</li></ul> | 17 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs integral amb salsa de tomàquet</li><li>Peix de llotja segons les millors captures**</li><li>Amanida d'enciams</li><li>logurt Natural</li></ul> | 18 <ul style="list-style-type: none"><li>Crema de verdures d'hivern</li><li>Guisat de gall dindi* amb pastanaga</li><li>Amanida d'enciams i poma</li><li>Fruita del temps</li></ul>                | 19 <ul style="list-style-type: none"><li>Cigrons estofats amb patata i verdures</li><li>Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li><li>Fruita del temps</li></ul>                                                 | 20 <div>MENÚ DE NADAL</div> <ul style="list-style-type: none"><li>Sopa de nadal amb galets</li><li>Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li><li>Xuxes*</li></ul>  |
| 23                                                                                                                                                                                        | 24                                                                                                                                                                                            | 25                                                                                                                                                                                                 | 26                                                                                                                                                                                                                | 27                                                                                                                                                                                          |
| 30                                                                                                                                                                                        | 31                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                             |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

S/FRUITS SECS S/LLENTIES



| DILLUNS                                                                                                                                                                                   | DIMARTS                                                                                                                                                                                       | DIMECRES                                                                                                                                                                                           | DIJOUS                                                                                                                                                                                                            | DIVENDRES                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 <ul style="list-style-type: none"><li>Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres</li><li>Truita paisana</li><li>Amanida d'enciams i olives</li><li>Fruita del temps</li></ul>     | 3 <ul style="list-style-type: none"><li>Mill amb verdures</li><li>Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup</li><li>logurt Natural</li></ul>                                           | 4 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs guisat amb ceba i carbassa</li><li>Peix de llotja segons les millors captures**</li><li>Amanida d'enciam i panses</li><li>Fruita del temps</li></ul> | 5 <ul style="list-style-type: none"><li>Sopa vegetal amb maravella i polenta</li><li>Hamburguesa de vedella</li><li>Amanida d'enciam i magrana</li><li>Fruita del temps</li></ul>                                 | 6 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                          |
| 9 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                        | 10 <ul style="list-style-type: none"><li>Espaguetis amb salsa napolitana</li><li>Truita de pastanaga</li><li>Amanida d'enciams i naps ratllats</li><li>Fruita del temps</li></ul>             | 11 <ul style="list-style-type: none"><li>Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li><li>Llom* a la planxa amb salsa de ceba</li><li>Fruita del temps</li></ul>                | 12 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)</li><li>Peix de llotja segons les millor captures**</li><li>Amanida d'enciams i pastanaga</li><li>logurt Natural</li></ul> | 13 <ul style="list-style-type: none"><li>"Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li><li>Pizza* hortolana especial amb pernil dolç*, verdures i tomàquet</li><li>Fruita del temps</li></ul> |
| 16 <ul style="list-style-type: none"><li>Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada</li><li>Truita de formatge*</li><li>Amanida d'enciams</li><li>Fruita del temps</li></ul> | 17 <ul style="list-style-type: none"><li>Arròs integral amb salsa de tomàquet</li><li>Peix de llotja segons les millors captures**</li><li>Amanida d'enciams</li><li>logurt Natural</li></ul> | 18 <ul style="list-style-type: none"><li>Crema de verdures d'hivern</li><li>Guisat de gall dindi* amb pastanaga</li><li>Amanida d'enciams i poma</li><li>Fruita del temps</li></ul>                | 19 <ul style="list-style-type: none"><li>Cigrons estofats amb patata i verdures</li><li>Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li><li>Fruita del temps</li></ul>                                                 | 20 <div>MENÚ DE NADAL</div> <ul style="list-style-type: none"><li>Sopa de nadal amb galets</li><li>Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li><li>Xuxes*</li></ul>  |
| 23                                                                                                                                                                                        | 24                                                                                                                                                                                            | 25                                                                                                                                                                                                 | 26                                                                                                                                                                                                                | 27                                                                                                                                                                                          |
| 30                                                                                                                                                                                        | 31                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                             |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

# ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

S/GLUTEN



| DILLUNS                                                                                                                                                                                                                | DIMARTS                                                                                                                                                                                                                           | DIMECRES                                                                                                                                                                                                                         | DIJOUS                                                                                                                                                                                                                                         | DIVENDRES                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons s/gluten amb salsa de formatge* i olives negres</li> <li>Truita paisana</li> <li>Amanida d'enciams i olives</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>             | <p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties amb verdures i patata</li> <li>Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup</li> <li>logurt Natural</li> </ul>                                                       | <p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs guisat amb ceba i carbassa</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten</li> <li>Amanida d'enciam i panses</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>   | <p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa vegetal amb maravella s/gluten i polenta</li> <li>Hamburguesa de vedella</li> <li>Amanida d'enciam i magrana</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                         | <p>6</p> <p><b>FESTA</b></p>                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>9</p> <p><b>FESTA</b></p>                                                                                                                                                                                           | <p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis s/gluten amb salsa napolitana</li> <li>Truita de pastanaga</li> <li>Amanida d'enciams i naps ratllats</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                            | <p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li> <li>Llom* a la planxa amb salsa de ceba</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                   | <p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten</li> <li>Amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>logurt Natural</li> </ul> | <p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>"Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>Pizza* hortolana especial amb pernil dolç*, verdures i tomàquet</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                                    |
| <p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fideus integrals s/gluten a la cassola amb verdures de temporada</li> <li>Truita de formatge*</li> <li>Amanida d'enciams i sèsam</li> <li>Fruita del temps</li> </ul> | <p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb salsa de tomàquet</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten</li> <li>Amanida d'enciams i pipes</li> <li>logurt Natural</li> </ul> | <p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades</li> <li>Guisat de gall dindi* amb pastanaga</li> <li>Amanida d'enciams i poma</li> <li>Fruita del temps</li> </ul> | <p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mill amb verdures</li> <li>Cigrons estofats amb patata i verdures</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                                                                        | <p>20</p> <p><b>MENÚ DE NADAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de nadal amb galets s/gluten</li> <li>Canelons s/gluten de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>Torró* de xocolata cruixent - Neules*</li> </ul> |
| <p>23</p>                                                                                                                                                                                                              | <p>24</p>                                                                                                                                                                                                                         | <p>25</p>                                                                                                                                                                                                                        | <p>26</p>                                                                                                                                                                                                                                      | <p>27</p>                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>30</p>                                                                                                                                                                                                              | <p>31</p>                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                           |

**Menús valorats nutricionalment per:** GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seïtà ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.



# ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

S/GLUTEN S/LLENTIES



| DILLUNS                                                                                                                                                                                                                | DIMARTS                                                                                                                                                                                                                           | DIMECRES                                                                                                                                                                                                                         | DIJOUS                                                                                                                                                                                                                                         | DIVENDRES                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons s/gluten amb salsa de formatge* i olives negres</li> <li>Truita paisana</li> <li>Amanida d'enciams i olives</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>             | <p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mill amb verdures</li> <li>Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup</li> <li>logurt Natural</li> </ul>                                                                    | <p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs guisat amb ceba i carbassa</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten</li> <li>Amanida d'enciam i panses</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>   | <p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa vegetal amb maravella s/gluten i polenta</li> <li>Hamburguesa de vedella</li> <li>Amanida d'enciam i magrana</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                         | <p>6</p> <p><b>FESTA</b></p>                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>9</p> <p><b>FESTA</b></p>                                                                                                                                                                                           | <p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis s/gluten amb salsa napolitana</li> <li>Truita de pastanaga</li> <li>Amanida d'enciams i naps ratllats</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                            | <p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li> <li>Llom* a la planxa amb salsa de ceba</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                   | <p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten</li> <li>Amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>logurt Natural</li> </ul> | <p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>"Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>Pizza* hortolana especial amb pernil dolç*, verdures i tomàquet</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                          |
| <p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fideus integrals s/gluten a la cassola amb verdures de temporada</li> <li>Truita de formatge*</li> <li>Amanida d'enciams i sèsam</li> <li>Fruita del temps</li> </ul> | <p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb salsa de tomàquet</li> <li>Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten</li> <li>Amanida d'enciams i pipes</li> <li>logurt Natural</li> </ul> | <p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades</li> <li>Guisat de gall dindi* amb pastanaga</li> <li>Amanida d'enciams i poma</li> <li>Fruita del temps</li> </ul> | <p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mill amb verdures</li> <li>Cigrons estofats amb patata i verdures</li> <li>Fruita del temps</li> </ul>                                                                                        | <p>20</p> <p><b>MENÚ DE NADAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de nadal amb galets s/gluten</li> <li>Canelons s/gluten de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>Torró* de xocolata cruixent</li> </ul> |
| <p>23</p>                                                                                                                                                                                                              | <p>24</p>                                                                                                                                                                                                                         | <p>25</p>                                                                                                                                                                                                                        | <p>26</p>                                                                                                                                                                                                                                      | <p>27</p>                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>30</p>                                                                                                                                                                                                              | <p>31</p>                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Menús valorats nutricionalment per:** GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE CURS 2024-2025

S/LACTOSA



| DILLUNS                                                                                                                                   | DIMARTS                                                                                                                                           | DIMECRES                                                                                                                                                         | DIJOUS                                                                                                                                                        | DIVENDRES                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br>· Macarrons amb oli d'oliva, xampinyons i olives negres<br>· Truita paisana<br>· Amanida d'enciams i olives<br>· Fruita del temps    | 3<br>· Llenties amb verdures i patata<br>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup<br>· Postre de soja                                   | 4<br>· Arròs guisat amb ceba i carbassa<br>· Peix de llotja segons les millors captures**<br>· Amanida d'enciam i panses<br>· Fruita del temps                   | 5<br>· Sopa vegetal amb maravella i polenta<br>· Hamburguesa de vedella<br>· Amanida d'enciam i magrana<br>· Fruita del temps                                 | 6<br><b>FESTA</b>                                                                                                                                     |
| 9<br><b>FESTA</b>                                                                                                                         | 10<br>· Espaguetis amb salsa napolitana<br>· Truita de pastanaga<br>· Amanida d'enciams i naps ratllats<br>· Fruita del temps                     | 11<br>· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata<br>· Llom* a la planxa amb salsa de ceba<br>· Fruita del temps                               | 12<br>· Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)<br>· Peix de llotja segons les millor captures**<br>· Amanida d'enciams i pastanaga<br>· Postre de soja | 13<br>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all<br>· Pizza* hortolana especial amb permil dolç*, verdures i tomàquet s/formatge<br>· Fruita del temps |
| 16<br>· Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada<br>· Truita francesa<br>· Amanida d'enciams i sèsam<br>· Fruita del temps | 17<br>· Arròs integral amb salsa de tomàquet<br>· Peix de llotja segons les millors captures**<br>· Amanida d'enciams i pipes<br>· Postre de soja | 18<br>· Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades<br>· Guisat de gall dindi* amb pastanaga<br>· Amanida d'enciams i poma<br>· Fruita del temps | 19<br>· Cigrons estofats amb patata i verdures<br>· Seità arrebossat amb salsa de tomàquet<br>· Fruita del temps                                              | 20<br><b>MENÚ DE NADAL</b><br>· Sopa de nadal amb galets<br><br>Canelons de pollastre, porc i vedella amb beixamel vegetal<br>· Torró* de Xixona      |
| 23                                                                                                                                        | 24                                                                                                                                                | 25                                                                                                                                                               | 26                                                                                                                                                            | 27                                                                                                                                                    |
| 30                                                                                                                                        | 31                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                       |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE                      CURS 2024-2025

S/LACTOSA HALAL



| DILLUNS                                                                                                                                         | DIMARTS                                                                                                                                           | DIMECRES                                                                                                                                                         | DIJOUS                                                                                                                                                        | DIVENDRES                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br>· Macarrons amb oli d'oliva, xampinyons i olives negres<br>· Truita paisana s/xoriço<br>· Amanida d'enciams i olives<br>· Fruita del temps | 3<br>· Llenties amb verdures i patata<br>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup<br>· Postre de soja                                   | 4<br>· Arròs guisat amb ceba i carbassa<br>· Peix de llotja segons les millors captures**<br>· Amanida d'enciam i panses<br>· Fruita del temps                   | 5<br>· Sopa vegetal amb maravella i polenta<br>· Hamburguesa de vedella s/porc<br>· Amanida d'enciam i magrana<br>· Fruita del temps                          | 6<br><b>FESTA</b>                                                                                                                        |
| 9<br><b>FESTA</b>                                                                                                                               | 10<br>· Espaguetis amb salsa napolitana<br>· Truita de pastanaga<br>· Amanida d'enciams i naps ratllats<br>· Fruita del temps                     | 11<br>· Mill amb verdures<br>· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata<br>· Fruita del temps                                                 | 12<br>· Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)<br>· Peix de llotja segons les millor captures**<br>· Amanida d'enciams i pastanaga<br>· Postre de soja | 13<br>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all<br>· Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet s/formatge<br>· Fruita del temps  |
| 16<br>· Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada<br>· Truita francesa<br>· Amanida d'enciams i sèsam<br>· Fruita del temps       | 17<br>· Arròs integral amb salsa de tomàquet<br>· Peix de llotja segons les millors captures**<br>· Amanida d'enciams i pipes<br>· Postre de soja | 18<br>· Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades<br>· Guisat de gall dindi* amb pastanaga<br>· Amanida d'enciams i poma<br>· Fruita del temps | 19<br>· Cigrons estofats amb patata i verdures<br>· Seità arrebossat amb salsa de tomàquet<br>· Fruita del temps                                              | 20<br><b>MENÚ DE NADAL</b><br>· Sopa de nadal amb galets<br>· Canelons de pollastre i vedella amb beixamel vegetal<br>· Torró* de Xixona |
| 23                                                                                                                                              | 24                                                                                                                                                | 25                                                                                                                                                               | 26                                                                                                                                                            | 27                                                                                                                                       |
| 30                                                                                                                                              | 31                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                          |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE                      CURS 2024-2025

S/LACTOSA S/LLEGUMS



| DILLUNS                                                                                                                                   | DIMARTS                                                                                                                                             | DIMECRES                                                                                                                                                         | DIJOUS                                                                                                                                                          | DIVENDRES                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br>· Macarrons amb oli d'oliva, xampinyons i olives negres<br>· Truita paisana<br>· Amanida d'enciams i olives<br>· Fruita del temps    | 3<br>· Mill amb verdures<br>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup<br>· Fruita del temps                                                | 4<br>· Arròs guisat amb ceba i carbassa<br>· Peix de llotja segons les millors captures**<br>· Amanida d'enciam i panses<br>· Fruita del temps                   | 5<br>· Sopa vegetal amb maravella i polenta<br>· Hamburguesa de vedella<br>· Amanida d'enciam i magrana<br>· Fruita del temps                                   | 6<br><b>FESTA</b>                                                                                                                                     |
| 9<br><b>FESTA</b>                                                                                                                         | 10<br>· Espaguetis amb salsa napolitana<br>· Truita de pastanaga<br>· Amanida d'enciams i naps ratllats<br>· Fruita del temps                       | 11<br>· Mill amb verdures<br>· Llom* a la planxa amb salsa de ceba<br>· Fruita del temps                                                                         | 12<br>· Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)<br>· Peix de llotja segons les millor captures**<br>· Amanida d'enciams i pastanaga<br>· Fruita del temps | 13<br>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all<br>· Pizza* hortolana especial amb pernil dolç*, verdures i tomàquet s/formatge<br>· Fruita del temps |
| 16<br>· Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada<br>· Truita francesa<br>· Amanida d'enciams i sèsam<br>· Fruita del temps | 17<br>· Arròs integral amb salsa de tomàquet<br>· Peix de llotja segons les millors captures**<br>· Amanida d'enciams i pipes<br>· Fruita del temps | 18<br>· Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades<br>· Guisat de gall dindi* amb pastanaga<br>· Amanida d'enciams i poma<br>· Fruita del temps | 19<br>· Mill amb verdures<br>· Llom arrebossat amb salsa de tomàquet<br>· Fruita del temps                                                                      | 20<br><b>MENÚ DE NADAL</b><br>· Sopa de nadal amb galets<br>Canelons de pollastre, porc i vedella amb beixamell vegetal<br>· Torró* de Xixona         |
| 23                                                                                                                                        | 24                                                                                                                                                  | 25                                                                                                                                                               | 26                                                                                                                                                              | 27                                                                                                                                                    |
| 30                                                                                                                                        | 31                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                       |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

S/LACTOSA S/VEDELLA SI IOGURT



| DILLUNS                                                                                                                                   | DIMARTS                                                                                                                                           | DIMECRES                                                                                                                                                         | DIJOUS                                                                                                                                                        | DIVENDRES                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br>· Macarrons amb oli d'oliva, xampinyons i olives negres<br>· Truita paisana<br>· Amanida d'enciams i olives<br>· Fruita del temps    | 3<br>· Llenties amb verdures i patata<br>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup<br>· Iogurt Natural                                   | 4<br>· Arròs guisat amb ceba i carbassa<br>· Peix de llotja segons les millors captures**<br>· Amanida d'enciam i panses<br>· Fruita del temps                   | 5<br>· Sopa vegetal amb maravella i polenta<br>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***<br>· Amanida d'enciam i magrana<br>· Fruita del temps             | 6<br><b>FESTA</b>                                                                                                                                     |
| 9<br><b>FESTA</b>                                                                                                                         | 10<br>· Espaguetis amb salsa napolitana<br>· Truita de pastanaga<br>· Amanida d'enciams i naps ratllats<br>· Fruita del temps                     | 11<br>· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata<br>· Llom* a la planxa amb salsa de ceba<br>· Fruita del temps                               | 12<br>· Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)<br>· Peix de llotja segons les millor captures**<br>· Amanida d'enciams i pastanaga<br>· Iogurt Natural | 13<br>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all<br>· Pizza* hortolana especial amb pernil dolç*, verdures i tomàquet s/formatge<br>· Fruita del temps |
| 16<br>· Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada<br>· Truita francesa<br>· Amanida d'enciams i sèsam<br>· Fruita del temps | 17<br>· Arròs integral amb salsa de tomàquet<br>· Peix de llotja segons les millors captures**<br>· Amanida d'enciams i pipes<br>· Iogurt Natural | 18<br>· Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades<br>· Guisat de gall dindi* amb pastanaga<br>· Amanida d'enciams i poma<br>· Fruita del temps | 19<br>· Cigrons estofats amb patata i verdures<br>· Seità arrebossat amb salsa de tomàquet<br>· Fruita del temps                                              | 20<br><b>MENÚ DE NADAL</b><br>· Sopa de nadal amb galets<br>· Canelons de pollastre i porc amb beixamel vegetal<br>· Torró* de Xixona                 |
| 23                                                                                                                                        | 24                                                                                                                                                | 25                                                                                                                                                               | 26                                                                                                                                                            | 27                                                                                                                                                    |
| 30                                                                                                                                        | 31                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                       |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

SENSE OU



| DILLUNS                                                                                                                                                                                                                              | DIMARTS                                                                                                                                                                                                             | DIMECRES                                                                                                                                                                                                                     | DIJOUS                                                                                                                                                                                                                      | DIVENDRES                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 <ul style="list-style-type: none"><li>• Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres</li><li>• Truita paisana s/ou amb farina de cigrons</li><li>• Amanida d'enciams i olives</li><li>• Fruita del temps</li></ul>             | 3 <ul style="list-style-type: none"><li>• Llenties amb verdures i patata</li><li>• Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup</li><li>• Iogurt Natural</li></ul>                                              | 4 <ul style="list-style-type: none"><li>• Arròs guisat amb ceba i carbassa</li><li>• Peix de llotja segons les millors captures**</li><li>• Amanida d'enciam i panses</li><li>• Fruita del temps</li></ul>                   | 5 <ul style="list-style-type: none"><li>• Sopa vegetal amb maravella i polenta</li><li>• Hamburguesa de vedella</li><li>• Amanida d'enciam i magrana</li><li>• Fruita del temps</li></ul>                                   | 6 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                                                                       |
| 9 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                                                                   | 10 <ul style="list-style-type: none"><li>• Espagetis amb salsa napolitana</li><li>• Truita de pastanaga s/ou amb farina de cigrons</li><li>• Amanida d'enciams i naps ratllats</li><li>• Fruita del temps</li></ul> | 11 <ul style="list-style-type: none"><li>• Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li><li>• Llom* a la planxa amb salsa de ceba</li><li>• Fruita del temps</li></ul>                                    | 12 <ul style="list-style-type: none"><li>• Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i carbassó)</li><li>• Peix de llotja segons les millor captures**</li><li>• Amanida d'enciams i pastanaga</li><li>• Iogurt Natural</li></ul> | 13 <ul style="list-style-type: none"><li>• "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li><li>• Pizza* hortolana especial amb pernil dolç*, verdures i tomàquet</li><li>• Fruita del temps</li></ul>                                        |
| 16 <ul style="list-style-type: none"><li>• Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada</li><li>• Truita de formatge* s/ou amb farina de cigrons</li><li>• Amanida d'enciams i sèsam</li><li>• Fruita del temps</li></ul> | 17 <ul style="list-style-type: none"><li>• Arròs integral amb salsa de tomàquet</li><li>• Peix de llotja segons les millors captures**</li><li>• Amanida d'enciams i pipes</li><li>• Iogurt Natural</li></ul>       | 18 <ul style="list-style-type: none"><li>• Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades</li><li>• Guisat de gall dindi* amb pastanaga</li><li>• Amanida d'enciams i poma</li><li>• Fruita del temps</li></ul> | 19 <ul style="list-style-type: none"><li>• Cigrons estofats amb patata i verdures</li><li>• Seità amb arrebossat especial i salsa de tomàquet</li><li>• Fruita del temps</li></ul>                                          | 20 <div>MENÚ DE NADAL</div> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sopa de nadal amb galets</li><li>• Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li><li>• Torró* de xocolata cruixent - Neules* s/gluten</li></ul> |
| 23                                                                                                                                                                                                                                   | 24                                                                                                                                                                                                                  | 25                                                                                                                                                                                                                           | 26                                                                                                                                                                                                                          | 27                                                                                                                                                                                                                                       |
| 30                                                                                                                                                                                                                                   | 31                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXEL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

S/OUS S/FRUITSSECS S/KIWI S/PRÉSSEC



| DILLUNS                                                                                                                                                                                                                                           | DIMARTS                                                                                                                                                                                                                                   | DIMECRES                                                                                                                                                                                                                        | DIJOUS                                                                                                                                                                                                                      | DIVENDRES                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 <ul style="list-style-type: none"><li>• Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres</li><li>• Truita paisana s/ou amb farina de cigrons</li><li>• Amanida d'enciams i olives</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul>     | 3 <ul style="list-style-type: none"><li>• Llenties amb verdures i patata</li><li>• Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup</li><li>• Iogurt Natural</li></ul>                                                                    | 4 <ul style="list-style-type: none"><li>• Arròs guisat amb ceba i carbassa</li><li>• Peix de llotja segons les millors captures**</li><li>• Amanida d'enciam i panses</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul> | 5 <ul style="list-style-type: none"><li>• Sopa vegetal amb maravella i polenta</li><li>• Hamburguesa de vedella</li><li>• Amanida d'enciam i magrana</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul>              | 6 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                                                     |
| 9 <div>FESTA</div>                                                                                                                                                                                                                                | 10 <ul style="list-style-type: none"><li>• Espaguetis amb salsa napolitana</li><li>• Truita de pastanaga s/ou amb farina de cigrons</li><li>• Amanida d'enciams i naps ratllats</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul> | 11 <ul style="list-style-type: none"><li>• Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata</li><li>• Llom* a la planxa amb salsa de ceba</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul>                  | 12 <ul style="list-style-type: none"><li>• Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i carbassó)</li><li>• Peix de llotja segons les millor captures**</li><li>• Amanida d'enciams i pastanaga</li><li>• Iogurt Natural</li></ul> | 13 <ul style="list-style-type: none"><li>• "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li><li>• Pizza* hortolana especial amb pernil dolç*, verdures i tomàquet</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul> |
| 16 <ul style="list-style-type: none"><li>• Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada</li><li>• Truita de formatge* s/ou amb farina de cigrons</li><li>• Amanida d'enciams</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul> | 17 <ul style="list-style-type: none"><li>• Arròs integral amb salsa de tomàquet</li><li>• Peix de llotja segons les millors captures**</li><li>• Amanida d'enciams</li><li>• Iogurt Natural</li></ul>                                     | 18 <ul style="list-style-type: none"><li>• Crema de verdures d'hivern</li><li>• Guisat de gall dindi* amb pastanaga</li><li>• Amanida d'enciams i poma</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul>                | 19 <ul style="list-style-type: none"><li>• Cigrons estofats amb patata i verdures</li><li>• Seità amb arrebossat especial i salsa de tomàquet</li><li>• Fruita del temps(no kiwi, no préssec)</li></ul>                     | 20 <div>MENÚ DE NADAL</div> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sopa de nadal amb galets</li><li>• Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li><li>• Xuxes*</li></ul>                       |
| 23                                                                                                                                                                                                                                                | 24                                                                                                                                                                                                                                        | 25                                                                                                                                                                                                                              | 26                                                                                                                                                                                                                          | 27                                                                                                                                                                                                                     |
| 30                                                                                                                                                                                                                                                | 31                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                        |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2024-2025

SENSE PEIX



| DILLUNS                                                                                                                                         | DIMARTS                                                                                                                      | DIMECRES                                                                                                                                                         | DIJOUS                                                                                                                                        | DIVENDRES                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br>· Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres<br>· Truita paisana<br>· Amanida d'enciams i olives<br>· Fruita del temps               | 3<br>· Llenties amb verdures i patata<br>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup<br>· Iogurt Natural              | 4<br>· Arròs guisat amb ceba i carbassa<br>· Cigrons guisats amb verdures<br>· Amanida d'enciam i panses<br>· Fruita del temps                                   | 5<br>· Sopa vegetal amb maravella i polenta<br>· Hamburguesa de vedella<br>· Amanida d'enciam i magrana<br>· Fruita del temps                 | 6<br><b>FESTA</b>                                                                                                                                                       |
| 9<br><b>FESTA</b>                                                                                                                               | 10<br>· Espagetis amb salsa napolitana<br>· Truita de pastanaga<br>· Amanida d'enciams i naps ratllats<br>· Fruita del temps | 11<br>· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata<br>· Llom* a la planxa amb salsa de ceba<br>· Fruita del temps                               | 12<br>· Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita)<br>· Guisat de llenties amb verdures<br>· Amanida d'enciams i sèsam<br>· Iogurt Natural | 13<br>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all<br>· Pizza* hortolana amb pernil dolç*, verdures i tomàquet<br>· Fruita del temps                                       |
| 16<br>Fideus integrals a la cassola amb verdures de temporada<br>· Truita de formatge*<br>· Amanida d'enciams i pastanaga<br>· Fruita del temps | 17<br>· Arròs integral amb salsa de tomàquet<br>· Estofat de llenties<br>· Amanida d'enciams i pipes<br>· Iogurt Natural     | 18<br>· Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades<br>· Guisat de gall dindi* amb pastanaga<br>· Amanida d'enciams i poma<br>· Fruita del temps | 19<br>· Cigrons estofats amb patata i verdures<br>· Seità arrebossat amb salsa de tomàquet<br>· Fruita del temps                              | 20<br><b>MENÚ DE NADAL</b><br>· Sopa de nadal amb galets<br>· Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel<br>· Torró* de xocolata cruixent - Neules* |
| 23                                                                                                                                              | 24                                                                                                                           | 25                                                                                                                                                               | 26                                                                                                                                            | 27                                                                                                                                                                      |
| 30                                                                                                                                              | 31                                                                                                                           |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                         |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un \*. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. \*\*El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

\*\* Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.