

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espitals amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	· Llenties guisades amb verdures (l3 · Arròs amb verduretes) · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (l3 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (l3 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (l3 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** (l3 s/espines) · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · Vegenuggets fets a la cuina*** · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros amb crostonets* · Pilota de vedella amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

HALAL



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espitals amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	· Llenties guisades amb verdures (13 · Arròs amb verduretes) · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** (13 s/espines) · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · Vegenugets fets a la cuina*** · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros amb crostonets* · Pilota de vedella s/porc amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

OVOLACTOVEGETARIÀ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espírels amb olives, pastanaga, i tomàquet · Cigrons guisats · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Tofu arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	· Llenties guisades amb verdures (13 arròs amb verduretes) · Seità saltat amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Mongetes amb curri i verduretes · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Estofat de llenties · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · Vegenugetts fets a la cuina*** · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, lactonesa) · Tofu al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Llenties saltades amb verduretes · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros amb crostonets* · Pilota vegetal amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Tofu marinat · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa vegetal amb arròs · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** les hamburgueses, vegenugetts 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE CURS 2025-2026

S/FRUCTOSA S/SORBITOL - JÚLIA



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet (1) · Truita de carbassó i patates (1) · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada	· Espirals amb oli d'oliva i verdures tolerades · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps tolerada	· Trinxat de verdures tolerades amb patates (2) · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	FESTA	· Crema de verdures tolerades · Gall dindi* a la planxa · Fruita del temps tolerada
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana (1) · Pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada	· Crema de verdures de tardor tolerades (1) · Truita de patata (2) · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Cous cous · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps tolerada	· Arròs blanc amb oli d'oliva · Peix de llotja segons les millors captures** · Iogurt Natural	· Mill amb verdures tolerades · Llom* a la planxa · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna (de bledes) · Truita francesa · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Amanida de patata (1) amb lactonesa · Pollastre* al forn amb tomàquet (1) i orenga · Fruita del temps tolerada	· Arròs amb carbassó i truita · Peix de llotja segons les millor captures** · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó · Pilota de vedella · Fruita del temps tolerada	· Trinxat de verdures tolerades amb patates (2) · Gall dindi* arrebossat amb salsa de tomàquet (2) · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada
29	30			
· Trinxat de blada, carbassó i patates (1) · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada	· Arròs blanc amb oli d'oliva · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** les hamburgueses, vegenugets 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

- Làctics: llet, formatge, iogurt natural, mantega, llet en pols no edulcorada.
 - Carns: carn, peix fresc i ou. Res processat.
 - Greixos: olis vegetals, margarina, mantega.
 - Verdures tolerades: blada, xampinyons, enciam, patates (2 vegades a la setmana), endívia, espinacs, carbassó, mongeta tendra, albergínia, tomàquet en salsa o sencer (2 vegades per setmana).
 - Fruites: sí: alvocat, pera, taronja, maduixes, kiwi, albercoc, plàtan, mandarines, cireres, préssec, síndria, meló.
 - Llegums: res.
 - Fruits secs: res.
 - Cereals: tots els cereals (arròs, blat, blat de moro (si es de llaua, no), tapioca, sèmola...) refinats.
- RES DE SOPE

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE FRUITS SECS



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espitals amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	· Llenties guisades amb verdures (13 · Arròs amb verduretes) · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · Vegenugets fets a la cuina*** · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Gall dindi* arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

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

Les hamburgueses de vedella també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

S/FRUITS SECS S/LLENTIES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espirlals amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	· Crema de verdures · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · Llom* a la planxa · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millor captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Gall dindi* arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** les hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seït ni tofu. Les hamburgueses de vedella també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE GLUTEN



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espitals s/gluten amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	· Llenties guisades amb verdures (13 arròs amb verduretes) · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons s/gluten amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Mill amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten (13 s/espines) · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures - FT: · Veguuggets fets a la cuina*** s/cap al·lèrgen · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis s/gluten amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactoneses) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella s/gluten amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Gall dindi* amb arrebossat especial i salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** les hamburgueses, veguuggets 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

S/GLUTEN S/LLENTIES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espitals s/gluten amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	· Crema de verdures · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons s/gluten amb salsa napolitana · Pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Mill amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten (13 s/espines) · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · Llom* a la planxa · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis s/gluten amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactoneses) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella s/gluten amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Gall dindi* amb arrebossat especial i salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** les hamburgueses, veguenuggets 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE LACTOSA



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espírels amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams i blat de moro* · Postre de soja	FESTA	· Lenties guisades amb verdures (13 arròs amb verduretes) · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** (13 s/espines) · Postre de soja	· Cigrons guisats amb verdures - FT: · Vegenuggets fets a la cuina*** s/cap al-lèrgen · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa vegetal) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Postre de soja	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella s/llet amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita francesa · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE LACTOSA HALAL



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espirlals amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Postre de soja	FESTA	· Llenties guisades amb verdures (13 arròs amb verduretes) · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** (13 s/espines) · Postre de soja	· Cigrons guisats amb verdures - FT: · Vegenuggets fets a la cuina*** s/cap al-lèrgen · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa vegetal) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millor captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Postre de soja	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella s/llet s/porc amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita francesa · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

S/LACTOSA S/LLEGUMS



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espírels amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Trinxat de verdures amb patates · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	FESTA	· Crema de verdures · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** (13 s/espines) · Fruita del temps	· Mill amb verdures tolerades · Llom* a la planxa · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, tonyina, lactonesa vegetal) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millor captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella s/llet amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Trinxat de verdures amb patates · Gall dindi* arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita francesa · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** les hamburgueses, vegenugetts i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seït i no tofu. Les hamburgueses de vedella també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026



SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espirlals amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · FT: Vegenugets fets a la cuina*** s/cap al-lèrgen · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 2 delícies (pastanaga, carbassó) · Peix de llotja segons les millor captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella s/ou amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Seità amb arrebossat especial i salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita de formatge* s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

S/OU S/FRUITS SECS S/KIWI S/PRÉSSEC



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Amanida d'espirlals amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i blat de moro* · logurt Natural	FESTA	
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Crema de verdures de tardor · Truita de patata i ceba s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** · logurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · FT: Vegenuggets fets a la cuina*** s/cap al·lèrgen · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinera s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Arròs 2 delícies (pastanaga, carbassó) · Peix de llotja segons les millor captures** · Amanida d'enciams i cogombre · logurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de vedella s/ou amb salsa de pomes · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Gall dindi* amb arrebossat especial i salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	· Sopa de peix** amb arròs · Truita de formatge* s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** les hamburgueses, vegenugetts 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE PEIX



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espírels amb olives, pastanaga, i tomàquet · Cigrons guisats · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Estofat de llenties · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures · Veguenuggets fets a la cuina*** · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, lactonesa) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Llenties saltades amb verdures · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros amb crostonets* · Pilota de vedella amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa vegetal amb arròs · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** les hamburgueses, veguenuggets 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

SETEMBRE

CURS 2025-2026



S/LACTOSA S/VEDELLA (SI IOGURT)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
· Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Amanida d'espirlals amb olives, pastanaga, i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	FESTA	· Llenties guisades amb verdures (13 arròs amb verduretes) · Gall dindi* amb all, julivert i pastanaga (13 s/julivert s/all) · Fruita del temps
15	16	17	18	19
· Macarrons amb salsa napolitana · Hamburguesa de pollastre* a la planxa · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de tardor amb pipes de carbassa (13 s/pipes) · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cous cous amb verdures · Guisat de gall dindi* amb xampinyons · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre (13 s/enciam s/tomàquet) · Peix de llotja segons les millors captures** (13 s/espines) · Iogurt Natural	· Cigrons guisats amb verdures - FT: · Vegenuggets fets a la cuina*** s/cap al-lèrgen · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps
22	23	24	25	26
· Espaguetis amb salsa marciàna · Truita jardinerà · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, tonyina, lactonesa vegetal) · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó, i truita) · Peix de llotja segons les millor captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Iogurt Natural	· Crema tèbia de carbassó i porros · Pilota de porc s/llet amb salsa de pomes · Fruita del temps	· Mongeta del carai guisada amb verdures i una mica de patata · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Amanida d'enciam i olives · Fruita del temps
29	30			
· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Ales de pollastre ecològic cruixents al forn · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa de peix** amb arròs · Truita francesa · Amanida d'enciams · Fruita del temps			

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un ***. A més d'aquests productes ecològics auditats, el 80% dels mateixos són de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa i EcoLocal a www.ecomenja.com. **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.

*** 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 també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.