

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

OCTUBRE

CURS 2025-2026



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		• Espaguetis amb salsa bolonyesa • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives • Llom* a la planxa amb salsa de ceba • Amanida d'enciams i blat de moro* • Iogurt Natural	• Crema de lleties vermelles i verdures • Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet • Fruita del temps
6	7	8	9	10
• Arròs integral a la cassola amb verdures • Gall dindi* al forn amb all i julivert • Amanida d'enciams • Iogurt Natural	• Macarrons carbonara • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Cigrons guisats, amb sofregit • Truita de carbassó i patates • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps	• Sopa d'au amb arròs • Fricandó de vedella amb xampinyons • Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
• Cous cous amb verdures • Pollastre* tikka masala • Fruita del temps	• Crema de carbassa i pastanaga amb crostonets* • Truita de patates i ceba • Amanida d'enciams i poma • Iogurt Natural	• Estofat de lleties amb verdures • Seità arrebossat • Amanida d'enciams i pastanaga • Fruita del temps	• Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Escudella completa Sopa de galets • Pilota, verdures i cigrons • Fruita del temps
20	21	22	23	24
• Arròs guisat amb ceba i pastanaga • Truita paisana • Amanida d'enciams i olives • Iogurt Natural	• Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba • Estofat de pollastre* amb pastanaga • Fruita del temps	• Espirals marcanos • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• "Trinxat" de col i patata amb oli d'all • Hamburguesa de vedella • Amanida d'enciam i magrana • Fruita del temps	• Sopa vegetal amb fideus • Vegenugetts fets a la cuina*** • Amanida d'enciams • Fruita del temps
27	28	29	30	31
• Crema de carbassa i porro amb crostonets* • Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps	• Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* • Truita d'espínacs frescos • Amanida d'enciams i tomàquet • Fruita del temps	• Macarrons amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Mongeta tendra amb patates • Lasanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel • Iogurt Natural	• Menú Castanyada • Arròs amb salsa de tomàquet • Estofat de carn magra de porc* amb castanyes del Montseny i moniato al forn • 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 asseguruem 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 guarició 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026



SENSE FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		• Espaguetis amb salsa bolonyesa • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives • Llom* a la planxa amb salsa de ceba • Amanida d'enciams i blat de moro* • Iogurt Natural	• Crema de llenties vermelles i verdures • Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet • Fruita del temps
6	7	8	9	10
• Arròs integral a la cassola amb verdures • Gall dindi* al forn amb all i julivert • Amanida d'enciams • Iogurt Natural	• Macarrons carbonara • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Cigrons guisats, amb sofregit • Truita de carbassó i patates • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps	• Sopa d'au amb arròs • Fricandó de vedella amb xampinyons • Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
• Cous cous amb verdures • Pollastre* a la planxa • Fruita del temps	• Crema de carbassa i pastanaga • Truita de patates i ceba • Amanida d'enciams i poma • Iogurt Natural	• Estofat de llenties amb verdures • Gall dindi* arrebossat • Amanida d'enciams i pastanaga • Fruita del temps	• Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Escudella completa Sopa de galets • Pilota, verdures i cigrons • Fruita del temps
20	21	22	23	24
• Arròs guisat amb ceba i pastanaga • Truita paisana • Amanida d'enciams i olives • Iogurt Natural	• Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba • Estofat de pollastre* amb pastanaga • Fruita del temps	• Espirals marcianós • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• "Trinxat" de col i patata amb oli d'all • Hamburguesa de vedella • Amanida d'enciam i magrana • Fruita del temps	• Sopa vegetal amb fideus • Vegenuggets fets a la cuina*** • Amanida d'enciams • Fruita del temps
27	28	29	30	31
• Crema de carbassa i porro • Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps	• Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* • Truita d'espínacs frescos • Amanida d'enciams i tomàquet • Fruita del temps	• Macarrons amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Mongeta tendra amb patates • Lasanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel • Iogurt Natural	Menú Castanyada • Arròs amb salsa de tomàquet • Estofat de carn magra de porc* amb moniato al forn • 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026

SENSE FRUITS SECS SENSE LLENTIES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		• Espaguetis amb salsa bolonyesa • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives • Llom* a la planxa amb salsa de ceba • Amanida d'enciams i blat de moro* • Iogurt Natural	• Crema de verdures • Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet • Fruita del temps
6	7	8	9	10
• Arròs integral a la cassola amb verdures • Gall dindi* al forn amb all i julivert • Amanida d'enciams • Iogurt Natural	• Macarrons carbonara • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Cigrons guisats, amb sofregit • Truita de carbassó i patates • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps	• Sopa d'au amb arròs • Fricandó de vedella amb xampinyons • Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
• Cous cous amb verdures • Pollastre* a la planxa • Fruita del temps	• Crema de carbassa i pastanaga • Truita de patates i ceba • Amanida d'enciams i poma • Iogurt Natural	• Macarrons amb salsa de tomàquet • Gall dindi* arrebossat • Amanida d'enciams i pastanaga • Fruita del temps	• Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Escudella completa Sopa de galets • Pilota, verdures i cigrons • Fruita del temps
20	21	22	23	24
• Arròs guisat amb ceba i pastanaga • Truita paisana • Amanida d'enciams i olives • Iogurt Natural	• Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba • Estofat de pollastre* amb pastanaga • Fruita del temps	• Espirals marcianos • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls • Hamburguesa de vedella • Amanida d'enciam i magrana • Fruita del temps	• Sopa vegetal amb fideus • Gall dindi* a la planxa • Amanida d'enciams • Fruita del temps
27	28	29	30	31
• Crema de carbassa i porro • Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps	• Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* • Truita d'espínacs frescos • Amanida d'enciams i tomàquet • Fruita del temps	• Macarrons amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Trinxat de patates i verdures • Tires de gall dindi* saltades amb amanida • Iogurt Natural	Menú Castanyada • Arròs amb salsa de tomàquet • Estofat de carn magra* de porc amb moniato al forn • 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026



S/FRUITS SECS S/OU S/KIWI S/PRÈSSEC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		• Espaguetis amb salsa bolonyesa • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives • Llom* a la planxa amb salsa de ceba • Amanida d'enciams i blat de moro* • Iogurt Natural	• Crema de llenties vermelles i verdures • Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)
6	7	8	9	10
• Arròs integral a la cassola amb verdures • Gall dindi* al forn amb all i julivert • Amanida d'enciams • Iogurt Natural	• Macarrons carbonara • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Cigrons guisats, amb sofregit • Truita de carbassó i patates s/ou amb farina de cigrons • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Sopa d'au amb arròs • Fricandó de vedella amb xampinyons • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	FESTA
13	14	15	16	17
• Cous cous amb verdures • Pollastre* a la planxa • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Crema de carbassa i pastanaga • Truita de patates i ceba s/ou amb farina de cigrons • Amanida d'enciams i poma • Iogurt Natural	• Estofat de llenties amb verdures • Gall dindi* amb arrebossat especial • Amanida d'enciams i pastanaga • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Arròs 3 delícies (carbassó, olives i pastanaga) • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Escudella completa Sopa de galets • Pilota s/ou, verdures i cigrons • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)
20	21	22	23	24
• Arròs guisat amb ceba i pastanaga • Truita paisana s/ou amb farina de cigrons • Amanida d'enciams i olives • Iogurt Natural	• Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba • Estofat de pollastre* amb pastanaga • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Espirals marcianós • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• "Trinxat" de col i patata amb oli d'all • Hamburguesa de vedella • Amanida d'enciam i magrana • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Sopa vegetal amb fideus • Vegenuggets fets a la cuina*** s/cap al·lèrgen • Amanida d'enciams • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)
27	28	29	30	31
• Crema de carbassa i porro • Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* • Truita s/ou amb farina de cigrons d'espínacs frescos • Amanida d'enciams i tomàquet • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Macarrons amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)	• Mongeta tendra amb patates • Lasanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel • Iogurt Natural	Menú Castanyada • Arròs amb salsa de tomàquet • Estofat de carn magra de porc* amb moniato al forn • Fruita del temps (no kiwi no prèsec)

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 guarició 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026



SENSE GLUTEN

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		· Espaguetis s/gluten amb salsa bolonyesa · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives · Llom* a la planxa amb salsa de ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	· Crema de llenties vermelles i verdures · Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
6	7	8	9	10
· Arròs integral a la cassola amb verdures · Gall dindi* al forn amb all i julivert · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Macarrons s/gluten amb salsa carbonara · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Cigrons guisats, amb sofregit · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa d'au amb arròs · Fricandó de vedella s/gluten amb xampinyons · Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
· Mill amb verdures · Pollastre* tikka masala · Fruita del temps	· Crema de carbassa i pastanaga · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural	· Estofat de llenties amb verdures · Gall dindi* amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Escudella completa Sopa de galets s/gluten · Pilota s/gluten, verdures i cigrons · Fruita del temps
20	21	22	23	24
· Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita paisana · Amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	· Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba · Estofat de pollastre* amb pastanaga · Fruita del temps	· Espirals s/gluten marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls · Hamburguesa de vedella · Amanida d'enciam i magrana · Fruita del temps	· Sopa vegetal amb fideus s/gluten · Vegenugets fets a la cuina*** s/cap al·lèrgen · Amanida d'enciams · Fruita del temps
27	28	29	30	31
· Crema de carbassa i porro · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* · Truita d'espínacs frescos · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Macarrons s/gluten amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Lasanya s/gluten de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel s/cap al·lèrgen · Iogurt Natural	Menú Castanyada · Arròs amb salsa de tomàquet · Estofat de carn magra de porc* amb castanyes del Montseny i moniato al forn · 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026

SENSE GLUTEN SENSE LLENTIES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		· Espaguetis s/gluten amb salsa bolonyesa · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives · Llom* a la planxa amb salsa de ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	· Crema de verdures · Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
6	7	8	9	10
· Arròs integral a la cassola amb verdures · Gall dindi* al forn amb all i julivert · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Macarrons s/gluten amb salsa carbonara · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Cigrons guisats, amb sofregit · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa d'au amb arròs · Fricandó de vedella s/gluten amb xampinyons · Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
· Mill amb verdures · Pollastre* tikka masala · Fruita del temps	· Crema de carbassa i pastanaga · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural	· Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet · Gall dindi* amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Escudella completa Sopa de galets s/gluten · Pilota s/gluten, verdures i cigrons · Fruita del temps
20	21	22	23	24
· Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita paisana · Amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	· Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba · Estofat de pollastre* amb pastanaga · Fruita del temps	· Espirals s/gluten marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls · Hamburguesa de vedella · Amanida d'enciam i magrana · Fruita del temps	· Sopa vegetal amb fideus s/gluten · Gall dindi* a la planxa · Amanida d'enciams · Fruita del temps
27	28	29	30	31
· Crema de carbassa i porro · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* · Truita d'espínacs frescos · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Macarrons s/gluten amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Tires de gall dindi* saltades amb amanida · Iogurt Natural	Menú Castanyada · Arròs amb salsa de tomàquet · Estofat de carn magra de porc* amb castanyes del Montseny i moniato al forn · 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026



S/LACTOSA (SI IOGURT) S/VEDELLA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		• Espaguetis amb salsa napolitana • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives • Llom* a la planxa amb salsa de ceba • Amanida d'enciams i blat de moro* • Iogurt natural	• Crema de llenties vermelles i verdures • Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet s/formatge • Fruita del temps
6	7	8	9	10
• Arròs integral a la cassola amb verdures • Gall dindi* al forn amb all i julivert • Amanida d'enciams • Iogurt natural	• Macarrons amb carbonara vegetal • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Cigrons guisats, amb sofregit • Truita de carbassó i patates • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps	• Sopa d'au amb arròs • Fricandó de tofu amb xampinyons • Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
• Cous cous amb verdures • Pollastre* tikka masala s/llet • Fruita del temps	• Crema de carbassa i pastanaga • Truita de patates i ceba • Amanida d'enciams i poma • Iogurt natural	• Estofat de llenties amb verdures • Seità arrebossat • Amanida d'enciams i pastanaga • Fruita del temps	• Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Escudella vegetal completa Sopa de galets • Pilota s/vedella s/llet, verdures i cigrons • Fruita del temps
20	21	22	23	24
• Arròs guisat amb ceba i pastanaga • Truita paisana • Amanida d'enciams i olives • Iogurt natural	• Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba • Estofat de pollastre* amb pastanaga • Fruita del temps	• Espirals marcanos • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• "Trinxat" de col i patata amb oli d'all • Hamburguesa de porc • Amanida d'enciam i magrana • Fruita del temps	• Sopa vegetal amb fideus • Vegenuggets fets a la cuina*** s/cap al-lèrgen • Amanida d'enciams • Fruita del temps
27	28	29	30	31
• Crema de carbassa i porro • Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps	• Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* • Truita d'espínacs frescos • Amanida d'enciams i tomàquet • Fruita del temps	• Macarrons amb salsa de carbassa • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Mongeta tendra amb patates • Lasanya de llenties i arròs integral amb beixamel s/cap al-lèrgen • Iogurt natural	• Arròs amb salsa de tomàquet • Estofat de carn magra de porc* amb castanyes del Montseny i moniato al forn • 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026



SENSE LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		· Espaguetis amb salsa bolonyesa · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives · Llom* a la planxa amb salsa de ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Postre de soja	· Crema de llenties vermelles i verdures · Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet s/formatge · Fruita del temps
6	7	8	9	10
· Arròs integral a la cassola amb verdures · Gall dindi* al forn amb all i julivert · Amanida d'enciams · Postre de soja	· Macarrons amb carbonara vegetal · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Cigrons guisats, amb sofregit · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa d'au amb arròs · Fricandó de vedella amb xampinyons · Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
· Cous cous amb verdures · Pollastre* tikka masala s/llet · Fruita del temps	· Crema de carbassa i pastanaga · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams i poma · Postre de soja	· Estofat de llenties amb verdures · Seità arrebossat · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Escudella completa Sopa de galets · Pilota s/llet, verdures i cigrons · Fruita del temps
20	21	22	23	24
· Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita paisana · Amanida d'enciams i olives · Postre de soja	· Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba · Estofat de pollastre* amb pastanaga · Fruita del temps	· Espirals marcianós · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Hamburguesa de vedella · Amanida d'enciam i magrana · Fruita del temps	· Sopa vegetal amb fideus · Vegenuggets fets a la cuina*** s/cap al·lèrgen · Amanida d'enciams · Fruita del temps
27	28	29	30	31
· Crema de carbassa i porro · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* · Truita d'espínacs frescos · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Macarrons amb salsa de carbassa · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Lasanya de llenties i arròs integral amb beixamel s/cap al·lèrgen · Postre de soja	Menú Castanyada · Arròs amb salsa de tomàquet · Estofat de carn magra de porc* amb castanyes del Montseny i moniato al forn · 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026



SENSE LACTOSA SENSE LLEGUMS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		· Espaguetis amb salsa bolonyesa · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives · Llom* a la planxa amb salsa de ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Crema de verdures · Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet s/formatge · Fruita del temps
6	7	8	9	10
· Arròs integral a la cassola amb verdures · Gall dindi* al forn amb all i julivert · Amanida d'enciams · Fruita del temps	· Trinxat de carbassó i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Espirals amb oli d'oliva i verduretes · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa d'au amb arròs · Fricandó de vedella amb xampinyons · Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
· Cous cous amb verdures · Pollastre* tikka masala s/llet · Fruita del temps	· Crema de carbassa i pastanaga · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	· Macarrons amb salsa de tomàquet · Gall dindi* arrebossat · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Escudella completa Sopa de galets · Pilota s/llet amb verdures · Fruita del temps
20	21	22	23	24
· Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita paisana · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Crema de verdures de temporada · Estofat de pollastre* amb pastanaga · Fruita del temps	· Espirals marcanos · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls · Hamburguesa de vedella · Amanida d'enciam i magrana · Fruita del temps	· Sopa vegetal amb fideus · Gall dindi* a la planxa · Amanida d'enciams · Fruita del temps
27	28	29	30	31
· Crema de carbassa i porro · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Mill amb verdures · Truita d'espínacs frescos · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Macarrons amb salsa de carbassa · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Trinxat de patates i verdures · Tires de gall dindi* saltades amb amanida · Fruita del temps	· Menú Castanyada · Arròs amb salsa de tomàquet · Estofat de carn magra de porc* amb castanyes del Montseny i moniato al forn · 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026



SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		• Espaguetis amb salsa bolonyesa • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives • Llom* a la planxa amb salsa de ceba • Amanida d'enciams i blat de moro* • logurt Natural	• Crema de lleties vermelles i verdures • Pizza* hortolana especial amb verdures i tomàquet • Fruita del temps
6	7	8	9	10
• Arròs integral a la cassola amb verdures • Gall dindi* al forn amb all i julivert • Amanida d'enciams • logurt Natural	• Macarrons carbonara • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• Cigrons guisats, amb sofregit • Truita de carbassó i patates s/ou amb farina de cigrons • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps	• Sopa d'au amb arròs • Fricandó de vedella amb xampinyons • Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
• Cous cous amb verdures • Pollastre* tikka masala • Fruita del temps	• Crema de carbassa i pastanaga • Truita de patates i ceba s/ou amb farina de cigrons • Amanida d'enciams i poma • logurt Natural	• Estofat de lleties amb verdures • Seità amb arrebossat especial • Amanida d'enciams i pastanaga • Fruita del temps	• Arròs 3 delícies (carbassó, olives i pastanaga) • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Escudella completa Sopa de galets • Pilota s/ou, verdures i cigrons • Fruita del temps
20	21	22	23	24
• Arròs guisat amb ceba i pastanaga • Truita paisana s/ou amb farina de cigrons • Amanida d'enciams i olives • logurt Natural	• Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba • Estofat de pollastre* amb pastanaga • Fruita del temps	• Espirals marcianos • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	• "Trinxat" de col i patata amb oli d'all • Hamburguesa de vedella • Amanida d'enciam i magrana • Fruita del temps	• Sopa vegetal amb fideus • Vegenuggets fets a la cuina*** s/cap al·lèrgen • Amanida d'enciams • Fruita del temps
27	28	29	30	31
• Crema de carbassa i porro • Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps	• Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* • Truita s/ou d'espínacs frescos amb farina de cigrons • Amanida d'enciams i tomàquet • Fruita del temps	• Macarrons amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Mongeta tendra amb patates • Lasanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel • logurt Natural	Menú Castanyada • Arròs amb salsa de tomàquet • Estofat de carn magra de porc* amb castanyes del Montseny i moniato al forn • 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.ecomenia.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

OCTUBRE

CURS 2025-2026



SENSE PEIX

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		· Espaguetis amb salsa bolonyesa · Cigrons saltats amb remolatxa, olives negres i pipes de gira-sol · Fruita del temps	· Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives · Llom* a la planxa amb salsa de ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	· Crema de lleties vermelles i verdures · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
6	7	8	9	10
· Arròs integral a la cassola amb verdures · Gall dindi* al forn amb all i julivert · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Trinxat de carbassó i pastanaga · Macarrons carbonara · Fruita del temps	· Cigrons guisats, amb sofregit · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa d'au amb arròs · Fricandó de vedella amb xampinyons · Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
· Cous cous amb verdures · Pollastre* tikka masala · Fruita del temps	· Crema de carbassa i pastanaga amb crostonets* · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural	· Estofat de lleties amb verdures · Seità arrebossat · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) · Mongetes del carai guisades amb sofregit de verduretes · Fruita del temps	· Escudella completa Sopa de galets · Pilota, verdures i cigrons · Fruita del temps
20	21	22	23	24
· Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita paisana · Amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	· Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba · Estofat de pollastre* amb pastanaga · Fruita del temps	· Espirals marcianos · Lleties saltades amb verduretes · Fruita del temps	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Hamburguesa de vedella · Amanida d'enciam i magrana · Fruita del temps	· Sopa vegetal amb fideus · Vegenuggets fets a la cuina*** · Amanida d'enciams · Fruita del temps
27	28	29	30	31
· Crema de carbassa i porro amb crostonets* · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cigrons estofats amb patata, ceba i xoriço* · Truita d'espínacs frescos · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Macarrons amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat · Mongeta del carai saltada amb all i julivert · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Lasanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Iogurt Natural	· Menú Castanyada · Arròs amb salsa de tomàquet · Estofat de carn magra de porc* amb castanyes del Montseny i moniato al forn · 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

OCTUBRE

CURS 2025-2026

OVOLACTOVEGETARIÀ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		• Espaguetis amb salsa napolitana • Cigrons saltats amb remolatxa, olives negres i pipes de gira-sol • Fruita del temps	• Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives • Seità a la planxa amb salsa de ceba • Amanida d'enciams i sèsam • Iogurt Natural	• Crema de llenties vermelles i verdures • Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet • Fruita del temps
6	7	8	9	10
• Arròs integral a la cassola amb verdures • Llenties guisades • Amanida d'enciams • Iogurt Natural	• Trinxat de carbassó i pastanaga • Macarrons amb carbonara vegetal • Fruita del temps	• Cigrons guisats, amb sofregit • Truita de carbassó i patates • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps	• Sopa vegetal amb arròs • Fricandó de tofu amb xampinyons • Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
• Cous cous amb verdures • Tofu tikka masala • Fruita del temps	• Crema de carbassa i pastanaga amb crostonets* • Truita de patates i ceba • Amanida d'enciams i poma • Iogurt Natural	• Estofat de llenties amb verdures • Seità arrebossat • Amanida d'enciams i pastanaga • Fruita del temps	• Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) • Mongetes del carai guisades amb sofregit de verduretes • Fruita del temps	• Escudella vegetal completa Sopa de galets • Pilota vegetal, verdures i cigrons • Fruita del temps
20	21	22	23	24
• Arròs guisat amb ceba i pastanaga • Truita paisana s/xoriço • Amanida d'enciams i olives • Iogurt Natural	• Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba • Seità guisat amb pastanaga • Fruita del temps	• Espirals marcianos • Llenties saltades amb verduretes • Fruita del temps	• "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls • Hamburguesa vegetariana • Amanida d'enciam i magrana • Fruita del temps	• Sopa vegetal amb fideus • Vegenuggets fets a la cuina*** • Amanida d'enciams • Fruita del temps
27	28	29	30	31
• Crema de carbassa i porro amb crostonets* • Tofu al forn amb tomàquet i orenga • Fruita del temps	• Cigrons estofats amb patata i ceba • Truita d'espínacs frescos • Amanida d'enciams i tomàquet • Fruita del temps	• Macarrons amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat • Mongeta del carai saltada amb all i julivert • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	• Mongeta tendra amb patates • Lasanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel • Iogurt Natural	Menú Castanyada • Arròs amb salsa de tomàquet • Estofat de seità amb castanyes del Montseny i xips de moniato • 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

OCTUBRE CURS 2025-2026

S/FRUCTOSA S/SORBITOL



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		· Espaguetis amb oli d'oliva i carn picada · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps tolerada	· Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives · Llom* a la planxa · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Crema de verdures tolerades · Gall dindi* a la planxa · Fruita del temps tolerada
6	7	8	9	10
· Arròs a la cassola amb verdures tolerades · Gall dindi* al forn · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Macarrons amb oli d'oliva i formatge · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps tolerada	· Crema de verdures tolerades · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Trinxat de patates · Fricandó de vedella amb xampinyons · Fruita del temps tolerada	FESTA
13	14	15	16	17
· Cous cous amb verdures tolerades · Pollastre* a la planxa · Fruita del temps tolerada	· Crema de carbassa i pastanaga · Truita de patates · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Macarrons amb salsa de tomàquet · Gall dindi* arrebossat · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada	· Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Trinxat de patates · Pilota amb verdures tolerades · Fruita del temps tolerada
20	21	22	23	24
· Arròs guisat amb verdures tolerades · Truita francesa · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Crema de verdures de temporada tolerades · Estofat de pollastre* amb verdures tolerades · Fruita del temps tolerada	· Espirals marcanos · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps tolerada	· Trinxat de patata i verdures tolerades · Hamburguesa de vedella · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Fideus amb verdures saltades tolerades · Gall dindi* a la planxa · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada
27	28	29	30	31
· Crema de verdures de tardor tolerades · Pollastre* al forn amb orenga · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	· Mill amb verdures tolerades · Truita d'espínacs frescos · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada	· Macarrons amb oli i formatge* ratllat · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams · Fruita del temps tolerada	· Mongeta tendra amb patates · Tires de gall dindi* saltades amb amanida d'enciams · Iogurt Natural	Menú Castanyada · Arròs amb salsa de tomàquet · Estofat de carn magra de porc* i moniato al forn · Fruita del temps tolerada

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista Nº 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 guarició 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.

- 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: bleda, xampinyons, enciam, patates (2 vegades a la setmana), endívia, espínacs, 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 llauna, no), tapioca, sèmola...) refinats.
- RES DE SOPE

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

OCTUBRE

CURS 2025-2026



HALAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	1	2	3
		· Espaguetis amb salsa napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Pastís de patates, salsa de tomàquet i olives · Seità a la planxa amb salsa de ceba · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt natural	· Crema de llenties vermelles i verdures · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
6	7	8	9	10
· Arròs integral a la cassola amb verdures · Gall dindi* al forn amb all i julivert · Amanida d'enciams · Iogurt natural	· Macarrons amb carbonara vegetal · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Cigrons guisats, amb sofregit · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Sopa d'au amb arròs · Fricandó de vedella amb xampinyons · Fruita del temps	FESTA
13	14	15	16	17
· Cous cous amb verdures · Pollastre* tikka masala · Fruita del temps	· Crema de carbassa i pastanaga amb crostonets* · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams i poma · Iogurt natural	· Estofat de llenties amb verdures · Seità arrebossat · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies (carbassó, olives i truita) · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Escudella vegetal completa Sopa de galets · Pilota s/porc, verdures i cigrons · Fruita del temps
20	21	22	23	24
· Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita paisana s/xoriço · Amanida d'enciams i olives · Iogurt natural	· Mongetes del ganxet guisada amb patata i ceba · Estofat de pollastre* amb pastanaga · Fruita del temps	· Espirals marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Hamburguesa de vedella s/porc · Amanida d'enciam i magrana · Fruita del temps	· Sopa vegetal amb fideus · Vegenugets fets a la cuina*** · Amanida d'enciams · Fruita del temps
27	28	29	30	31
· Crema de carbassa i porro amb crostonets* · Pollastre* al forn amb tomàquet i orenga · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	· Cigrons estofats amb patata i ceba · Truita d'espínacs frescos · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Macarrons amb salsa de carbassa amb formatge* ratllat · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Lasanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel · Iogurt natural	· Menú Castanyada · Arròs amb salsa de tomàquet · Estofat de vedella amb castanyes del Montseny i moniato al forn · 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 asseguruem 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.