

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

NOVEMBRE

CURS 2025-2026



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó amb crostonets* - Truita de formatge* i pernil dolç* - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals amb salsa de formatge* i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro amb crostonets* - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls - Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge* ratllat - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardinera - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise amb crostonets* - Cordon bleu* amb amanida 

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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026



OVOLACTOVEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó amb crostonets* - Truita de formatge* - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa vegetal amb arròs - Salsitxa vegetal - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Seità amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Cigrons saltats amb remolatxa, olives negres i pipes de gira-sol - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i carbassó) - Estofat de llenties amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de tofu amb poma i prunes - Fruita del temps	12 - Espirals amb salsa de formatge* i olives negres* - Cigrons saltats amb verdures - Fruita del temps	13 - Sopa vegetal amb pistons - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Vegenuggets amb quètxup casolà - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro amb crostonets* - Hamburguesa vegetal - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Mongetes del carai saltades amb all i julivert - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge* ratllat - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardinera - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	25 - Mill amb verdures - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Cigrons a la catalana - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Guisat de llenties - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise amb crostonets* - Cordon bleu vegetal amb amanida  - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026



S/FRUCTOSA S/SORBITOL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de formatge* - Amanida d'enciams - logurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Pollastre* a la planxa - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada	5 - Trinxat de verdures tolerades i patates - Llom* a la planxa - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada	6 - Espaguetis amb verdures tolerades i formatge* ratllat - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps tolerada	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor - Gall dindi* al forn - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada
10 - Arròs amb verdures tolerades - Estofat de vedella amb verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	11 - Crema de verdures de tardor - Guisat de gall dindi* - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada	12 - Espirals amb salsa de formatge* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada	13 - Cous cous amb verdures tolerades - Truita de patates - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada	14 - Mill amb verdures tolerades - Tires de pollastre* a la planxa amb verdures tolerades - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Macarrons amb oli d'oliva i verdures tolerades - Llom* a la planxa - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb verdures tolerades - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada	20 - Crema de verdures tolerades - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada	21 - Trinxat de patates - Gall dindi* a la planxa amb amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada
24 - Espaguetis amb oli d'oliva i formatge* ratllat - Truita francesa - Amanida d'enciams - Fruita del temps tolerada	25 - Mill amb verdures tolerades - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciams - logurt Natural	26 - Verdures tolerades gratinades - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps tolerada	27 - Arròs amb verdures tolerades - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps tolerada	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Gall dindi* a la planxa amb 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 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, espinacs, carbassó, mongeta tendra, albergínia, tomàquet en salsa o sencer (2 vegades per setmana).
 - Fruïtes: 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE FRUITS SECS



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de formatge* i pernil dolç* - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor - Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals amb salsa de formatge* i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge* ratllat - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardineria - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu* amb amanida  - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

S/FRUITS SECS S/LLENTIES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de formatge* i pernil dolç* - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Trinxat de verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor - Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals amb salsa de formatge* i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Gall dindi* a la planxa amb amanida - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardineria - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu* amb amanida  - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE GLUTEN



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de formatge* i pernil dolç* - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis s/gluten amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - FT: Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina s/cap al·lèrgen - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals s/gluten amb salsa de formatge* i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons s/gluten - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Ft: Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà s/cap al·lèrgen - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Macarrons s/gluten amb bolonyesa de llenties i formatge* ratllat - Fruita del temps
24 - Espaguetis s/gluten amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardinera - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu* amb amanida  - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE GLUTEN S/LLENTIES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de formatge* i pernil dolç* - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Trinxat de verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis s/gluten amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - FT: Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina s/cap al·lèrgen - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals s/gluten amb salsa de formatge* i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons s/gluten - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Ft: Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà s/cap al·lèrgen - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Gall dindi* a la planxa amb amanida - Fruita del temps
24 - Espaguetis s/gluten amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardinera - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu* amb amanida  - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE LACTOSA



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 · Crema de carbassó · Truita de pernil dolç* · Amanida d'enciams i olives* · Postre de soja	4 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes de pollastre* · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	5 · Llenties guisades amb verdures i patates · Llom* a la planxa amb salsa de ceba · Amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps	6 · Espaguetis amb salsa napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	7 · Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat · FT: Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina s/cap al·lèrgen · Amanida d'enciams · Fruita del temps
10 · Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) · Estofat de vedella amb pastanaga · Fruita del temps	11 · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Guisat de gall dindi* amb poma i prunes · Amanida d'enciams · Fruita del temps	12 · Espirals amb oli d'oliva i olives negres* · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	13 · Sopa d'au amb pistons · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	14 · Mongeta blanca guisada amb verdures · Ft: Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà s/cap al·lèrgen · Postre de soja
17 FESTA LOCAL	18 · Crema de carbassa i porro · Botifarra de porc* al forn · Amanida d'enciams · Postre de soja	19 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	20 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	21 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Macarrons amb bolonyesa de lleties · Fruita del temps
24 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita jardineria · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	25 · Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents · Amanida d'enciam i magrana · Postre de soja	26 · Bròquil, col·i-flor i patata · Estofat de carn magra* amb xampinyons · Fruita del temps	27 · Arròs amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam · Fruita del temps	28 Cuines del mon: França · Vichyssoise · Cordon bleu* s/formatge* amb amanida · 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE LACTOSA HALAL



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita francesa - Amanida d'enciams i olives* - Postre de soja	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Seità amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - FT: Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina s/cap al·lèrgen - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i carbassó) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals amb oli d'oliva i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Ft: Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà s/cap al·lèrgen - Postre de soja
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Hamburguesa vegetal - Amanida d'enciams - Postre de soja	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Macarrons amb bolonyesa de llenties - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardineria - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - Postre de soja	26 - Bròquil, col·i-flor i patata - Cigrons a la catalana - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu vegetal s/formatge* amb amanida - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

S/LACTOSA S/LLEGUMS



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de pernil dolç* - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Trinxat de verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - FT: Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina s/cap al-lèrgen - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals amb oli d'oliva i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mill amb verdures - Ft: Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà s/cap al-lèrgen - Fruita del temps
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - Fruita del temps	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Crema de verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Gall dindi* a la planxa amb amanida - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardineria - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mill amb verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - Fruita del temps	26 - Bròquil, col·i-flor i patata - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu* s/formatge* amb amanida - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026



S/LACTOSA S/VEDELLA (SÍ IOGURT)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de pernil dolç* - Amanida d'enciams i olives* - Iogurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - FT: Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina s/cap al-lèrgen - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) - Estofat de llenties amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals amb oli d'oliva i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Ft: Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà s/cap al-lèrgen - Iogurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - Iogurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Macarrons amb bolonyesa de llenties - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardinera - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - Iogurt Natural	26 - Bròquil, col·i-flor i patata - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu* s/formatge* amb amanida - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE OU



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de formatge* i pernil dolç* s/ou amb farina de cigrons - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, carbassó i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals amb salsa de formatge* i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba s/ou amb farina de cigrons - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Ft: Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà s/cap al-lèrgen - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates s/ou amb farina de cigrons - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge* ratllat - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardineria s/ou amb farina de cigrons - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu* amb amanida  - 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026



S/OU S/FRUITS SECS S/KIWI S/PRÉSSEC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó - Truita de formatge* i pernil dolç* s/ou amb farina de cigrons - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa de peix** amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	6 - Espaguetis amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor - Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina - Amanida d'enciams - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, carbassó i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	11 - Crema de verdures de tardor - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	12 - Espirals amb salsa de formatge* i olives negres* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i pastanaga - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba s/ou amb farina de cigrons - Amanida d'enciams - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Ft: Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà s/cap al-lèrgen - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates s/ou amb farina de cigrons - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge* ratllat - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardineria s/ou amb farina de cigrons - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	27 - Arròs amb verdures - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciam - Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise - Cordon bleu* amb amanida  - 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, 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026

SENSE PEIX



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 - Crema de carbassó amb crostonets* - Truita de formatge* i pernil dolç* - Amanida d'enciams i olives* - logurt Natural	4 - Sopa vegetal amb arròs - Salsitxes de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - Fruita del temps	5 - Llenties guisades amb verdures i patates - Llom* a la planxa amb salsa de ceba - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	6 - Espaguetis amb salsa napolitana i formatge* ratllat - Cigrons saltats amb remolatxa, olives negres i pipes de gira-sol - Fruita del temps	7 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina - Amanida d'enciams - Fruita del temps
10 - Arròs 3 delícies (carbassa, truita i pernil dolç*) - Estofat de vedella amb pastanaga - Fruita del temps	11 - Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades - Guisat de gall dindi* amb poma i prunes - Amanida d'enciams - Fruita del temps	12 - Espirals amb salsa de formatge* i olives negres* - Cigrons saltats amb verdures - Fruita del temps	13 - Sopa d'au amb pistons - Truita de patates i ceba - Amanida d'enciams i sèsam - Fruita del temps	14 - Mongeta blanca guisada amb verdures - Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà - logurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 - Crema de carbassa i porro amb crostonets* - Botifarra de porc* al forn - Amanida d'enciams - logurt Natural	19 - Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn - Mongetes del carai saltades amb all i julivert - Fruita del temps	20 - Cigrons guisats amb verdures - Truita de carbassó i patates - Amanida d'enciams i olives - Fruita del temps	21 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge* ratllat - Fruita del temps
24 - Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet - Truita jardineria - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	25 - Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures - Ales de pollastre ecològic cruixents - Amanida d'enciam i magrana - logurt Natural	26 - Bròquil, col-i-flor i patata gratinat - Estofat de carn magra* amb xampinyons - Fruita del temps	27 - Arròs amb verdures - Guisat de llenties - Fruita del temps	28 Cuines del mon: França - Vichyssoise amb crostonets* - Cordon bleu* amb amanida  - 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, vegesnuggets 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

NOVEMBRE

CURS 2025-2026



HALAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 • Crema de carbassó amb crostonets* • Truita de formatge* • Amanida d'enciams i olives* • Iogurt Natural	4 • Sopa de peix** amb arròs • Salsitxes de pollastre* • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps	5 • Llenties guisades amb verdures i patates • Seità amb salsa de ceba • Amanida d'enciams i pipes • Fruita del temps	6 • Espaguetis amb salsa napolitana i formatge* ratllat • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	7 • Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat • Croquetes de mill i verdures*** fetes a la cuina • Amanida d'enciams • Fruita del temps
10 • Arròs 3 delícies (carbassa, truita i carbassó) • Estofat de vedella amb pastanaga • Fruita del temps	11 • Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades • Guisat de gall dindi* amb poma i prunes • Amanida d'enciams • Fruita del temps	12 • Espirals amb salsa de formatge* i olives negres* • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i pastanaga • Fruita del temps	13 • Sopa d'au amb pistons • Truita de patates i ceba • Amanida d'enciams i sèsam • Fruita del temps	14 • Mongeta blanca guisada amb verdures • Nuggets de pollastre* fets a la cuina amb quètxup casolà • Iogurt Natural
17 FESTA LOCAL	18 • Crema de carbassa i porro amb crostonets* • Hamburguesa vegetal • Amanida d'enciams • Iogurt Natural	19 • Arròs guisat amb ceba i pastanaga al forn • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps	20 • Cigrons guisats amb verdures • Truita de carbassó i patates • Amanida d'enciams i olives • Fruita del temps	21 • "Trinxat" de col i patata amb oli d'all • Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge* ratllat • Fruita del temps
24 • Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet • Truita jardineria • Amanida d'enciams i olives* • Fruita del temps	25 • Mongetes del carai guisades amb sofregit de verdures • Ales de pollastre ecològic cruixents • Amanida d'enciam i magrana • Iogurt Natural	26 • Bròquil, col-i-flor i patata gratinat • Cigrons a la catalana • Fruita del temps	27 • Arròs amb verdures • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciam • Fruita del temps	28 Cuines del mon: França • Vichyssoise amb crostonets* • Cordon bleu vegetal amb amanida  • 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, vegennuggets 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.