

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de vedella gratinada amb beixamel · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams i pipes · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patata i botifarra d'ou* · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de formatge* · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis napolitana amb formatge ratllat* · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza* amb mozzarella* i bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros amb crostonets * · Guisat de pollastre* amb curri i sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'allis · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

HALAL



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de vedella s/porc gratinada amb beixamel · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Mandonguilles amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams i pipes · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patates · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de formatge* · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis napolitana amb formatge ratllat* · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza* hortolana gratinada amb mozzarella · Fruita del temps
23 · Crema de porros amb crostonets * · Guisat de pollastre* amb curri i sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Salsitxes vegetals al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

OVOLACTOVEGETARIÀ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa vegetal amb pistons i polenta · Seità arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Estofat de cigrons · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat de mongetes amb ceba i patata · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de llenties gratinada amb beixamel · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Mandonguilles amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Cigrons tikka masala · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Llenties estofades · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patates · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de formatge* · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Mongetes saltades amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis napolitana amb formatge ratllat* · Cigrons saltats amb remolatxa, olives* negres i pipes de gira-sol · Fruita del temps	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza* hortolana gratinada amb mozzarella · Fruita del temps
23 · Crema de porros amb crostonets * · Guisat de tofu amb curri i sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Salsitxes vegetals al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Estofat de mongeta blanca · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

SENSE FRUCTOSA



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
- Trinxat de patates i verdures tolerades - Pollastre* arrebossat - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Crema de verdures tolerades - Truita de patates - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Fideus a la cassola amb verdures tolerades - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps tolerada	- Arròs amb truita - Guisat gall dindi* amb verdures tolerades - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Gratinat de verdures tolerades - Lasanya de vedella gratinada amb beixamel - logurt natural sense sucre afegit
9	10	11	12	13
- Crema de verdures d'hivern amb verdures tolerades - Llom de porc* a la planxa amb amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Cous cous amb verdures tolerades - Pollastre* a la planxa - Amanida de verdures tolerades - logurt natural sense sucre afegit	- Arròs a la cassola amb verdures tolerades - Peix de llotja segons les millors captures** - Fruita del temps tolerada	DIJOUS GRAS - Trinxat de verdures tolerades - Truita de patates - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Espirals marcianos amb llet s/beguda de civada - Gall dindi* a la planxa - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada
16	17	18	19	20
FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	- Trinxat de verdures tolerades - Truita de formatge* - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Gratinat* de bleda i patata - Pernilets de pollastre* al forn amb verdures tolerades - logurt natural sense sucre afegit	- Espaguetis napolitana s/ceba amb formatge ratllat* - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Crema de verdures tolerades - Pizza* especial (ADPAN) hortolana (verdures tolerades) gratinada amb mozzarella* - Fruita del temps tolerada
23	24	25	26	27
- Crema de verdures tolerades - Guisat de pollastre* amb sèmola de blat - Fruita del temps tolerada	- Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet i ou dur - Llom de porc* a la planxa - Amanida de verdures tolerades - logurt natural sense sucre afegit	- Arròs amb verdures tolerades - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Mill amb verdures tolerades - Truita de patates - Amanida de verdures tolerades - Fruita del temps tolerada	- Trinxat de verdures tolerades - Tallarines amb salsa bolonyesa de vedella i formatge* ratllat - Fruita del temps tolerada

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

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

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

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

- 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 SOPES

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

SENSE FRUITS SECS



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de vedella gratinada amb beixamel · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patata i botifarra d'ou* · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcanos amb llet s/beguda de civada · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis napolitana amb formatge ratllat* · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza*especial amb mozzarella* i bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros · Guisat de pollastre* amb sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

S/FRUITS SECS S/LLENTIES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de verdures · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de vedella gratinada amb beixamel · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patata i botifarra d'ou* · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcanos amb llet s/beguda de civada · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina de cigrons*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de formatge* · Amanida d'enciams · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis napolitana amb formatge ratllat* · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Crema de verdures · Pizza*especial amb mozzarella* i bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros · Guisat de pollastre* amb sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de vedella i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

SENSE GLUTEN



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons s/gluten i polenta · Pollastre* amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties s/gluten i porros · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya s/gluten de vedella gratinada amb beixamel s/gluten · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Mill amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams i pipes · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patata i botifarra d'ou* · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals s/gluten marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà s/cap al·lergen · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus s/gluten · Truita de formatge* · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis s/gluten napolitana amb formatge ratllat* · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Llenties s/gluten guisades amb verdures · Pizza* especial amb mozzarella* i bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros · Guisat de pollastre* amb mill · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines s/gluten amb salsa bolonyesa de llenties s/gluten i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

S/GLUTEN S/LLENTIES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons s/gluten i polenta · Pollastre* amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de verdures · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya s/gluten de vedella gratinada amb beixamel s/gluten · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Mill amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams i pipes · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patata i botifarra d'ou* · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals s/gluten marcianos · Hamburguesa vegetariana de cigrons feta a la cuina*** amb quètxup casolà s/cap al·lergen · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus s/gluten · Truita de formatge* · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis s/gluten napolitana amb formatge ratllat* · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Crema de verdures · Pizza* especial amb mozzarella* i bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros · Guisat de pollastre* amb mill · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines s/gluten amb salsa bolonyesa de vedella i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

SENSE LACTOSA



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de vedella amb beixamel s/llet · Postre de soja
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams i pipes · Postre de soja	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patates · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de verdures de temporada · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Postre de soja	19 · Espaguetis napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza* especial hortolana amb bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros · Guisat de pollastre* amb curri i sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Postre de soja	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties · Fruita del temps

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

S/LACTOSA S/LLEGUMS



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de verdures · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Llom de porc* a la planxa amb amanida · Fruita del temps
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Trinxat de verdures · Truita de patates · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcianos · Gall dindi* a la planxa · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de verdures de temporada · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Fruita del temps	19 · Espaguetis napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Crema de verdures · Pizza* especial hortolana amb bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros · Guisat de pollastre* amb curri i sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Mill amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de vedella · Fruita del temps

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

SENSE OU



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i bròquil) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de vedella gratinada amb beixamel · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams i pipes · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patates s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de verdures s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis napolitana amb formatge ratllat* · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza* especial amb mozzarella* i bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros · Guisat de pollastre* amb curri i sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

S/OU S/FRUITS SECS S/KIWI S/PRÉSSEC



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i bròquil) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de vedella gratinada amb beixamel · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patates s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	13 · Espirals marcanos amb llet s/beguda de civada · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de verdures s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis napolitana amb formatge ratllat* · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciam i panses* · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza* especial amb mozzarella* i bacó · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)
23 · Crema de porros · Guisat de pollastre* amb sèmola de blat · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties i formatge* ratllat · Fruita del temps (no kiwi, no préssec)

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

SENSE PEIX



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa d'au amb pistons i polenta · Pollastre* arrebossat · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Estofat de cigrons · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i truita) · Guisat gall dindi* amb ceba i patata · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de vedella gratinada amb beixamel · Iogurt Natural
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Pollastre* guisat amb salsa de poma · Amanida d'enciams i pipes · Iogurt Natural	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Llenties estofades · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patata i botifarra d'ou* · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de formatge* · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Gratinat* de carbassa, bleda i patata · Pernilets de pollastre* al forn amb xips de moniato · Iogurt Natural	19 · Espaguetis napolitana amb formatge ratllat* · Cigrons saltats amb remolatxa, olives* negres i pipes de gira-sol · Fruita del temps	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza* amb mozzarella* i bacó · Fruita del temps
23 · Crema de porros amb crostonets * · Guisat de pollastre* amb curri i sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Botifarra* al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Iogurt Natural	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Estofat de mongeta blanca · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties i formatge* ratllat · Fruita del temps

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

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

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

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2025 - 2026

VEGÀ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Sopa vegetal amb pistons i polenta · Seità amb arrebossat especial · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	3 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita de patates i calçots s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps	4 · Fideus a la cassola amb verdures · Estofat de cigrons · Fruita del temps	5 · Arròs 3 delícies (carbassa, olives* i bròquil) · Guisat de mongetes amb ceba i patata · Fruita del temps	6 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata · Lasanya de llenties amb beixamel s/llet · Postre de soja
9 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Mandonguilles amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cous cous amb verdures · Cigrons tikka masala · Postre de soja	11 · Arròs a la cassola amb verdures · Llenties estofades · Fruita del temps	12 DIJOUS GRAS · Mongeta del ganxet guisada amb sofregit de verdures · Truita de patates s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps	13 · Espirals marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** amb quètxup casolà · Amanida d'enciams · Fruita del temps
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Sopa vegetal amb fideus · Truita de verdures s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	18 · Carbassa, bleda i patata · Mongetes saltades amb xips de moniato · Postre de soja	19 · Espaguetis napolitana · Cigrons saltats amb remolatxa, olives* negres i pipes de gira-sol · Fruita del temps	20 · Llenties guisades amb verdures · Pizza*especial hortolana · Fruita del temps
23 · Crema de porros · Guisat de tofu amb curri i sèmola de blat · Fruita del temps	24 · Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives i ou dur · Salsitxes vegetals al forn · Amanida d'enciams i blat de moro* · Postre de soja	25 · Arròs amb ceba i pastanaga · Estofat de mongeta blanca · Fruita del temps	26 · Cigrons guisats amb verdures · Truita de patates i ceba s/ou amb farina de cigrons · Amanida d'enciams · Fruita del temps	27 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties · Fruita del temps

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

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

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

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