

# Menú escolar Gener - 2024

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens



## Dilluns

8

Macarrons integrals a la napolitana amb formatge ratllat  
Croquetes de pernil  
Rodanxes de pastanaga, poma i pipes amb fulles d'enciams logurt natural

i per sopar...  
Amanida amb fruita seca i formatge  
Llom de salmó al forn amb oli d'oliva i anet  
Patata al caliu  
Fruita natural de temporada

## Dimarts

9

Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn  
Llenties estofades amb arròs  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Quinoa amb verdures i fruita seca  
Truita de formatge  
Fruita natural de temporada

## Dimecres

10

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purè de bròquil i pastanaga  
Pastís de patata i carn  
Fruita natural de temporada

## Dijous

11

Fesolets amb verdures  
Truita de xampinyons  
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua, pastanaga ratllada i olivetes negres  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de tomàquet i olives  
Filet de gall dindi al forn amb salsa verda  
Llesca de pa amb tomàquet  
Fruita natural de temporada

## Divendres

12

Arròs amb verdures  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb brins d'api i rodanxetes de raves  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada  
Alvocat i tomàquet amanit  
Fruita natural de temporada

15

Purè de bledes i patata amb rostes de pa al forn  
Espaguetis a la bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Arròs amb verdures  
Orada al forn amb llimona  
Fruita natural de temporada

16

Llenties estofades amb patates  
Truita de pernil cuit  
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua ratllada i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Patates gratinades al forn  
Pinxos de rap i pebrots  
Xips de moniato  
logurt natural amb ametlles

17

Trinxat de la Cerdanya  
Filet de gall dindi arrebossat  
Rodanxes de pastanaga, poma i pipes amb fulles d'enciams logurt natural

i per sopar...  
Amanida de tomàquet i blat de moro  
Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa  
Patates rosses  
Fruita natural de temporada

18

Sopa de lluç i crancs amb arròs  
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques  
Patates a grills al forn amb espècies  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassó  
Remenat d'ous amb ceba i xampinyons  
Fruita natural de temporada

19

Mongeta tendra amb patata  
Peix fresc de Mercat  
Pastanaga ratllada, blat de moro, nabius i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de pastanaga ratllada, cogombre i formatge  
Espirals amb pesto  
Fruita natural de temporada

22

Crema de moniato, pastanaga i ceba  
amb rostes de pa al forn  
Ous amb salsa beixamel  
Fulles d'enciams variats amb brins d'api i rodanxetes de raves  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Arròs 3 delícies  
Seitons arrebossadets  
Verdures saltades  
Fruita natural de temporada

23

Mongeta tendra amb patata  
Fideus a la cassola  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida amb fruits secs  
Gall dindi guisat a la jardinera  
Fruita natural de temporada

24

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil  
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua, pastanaga ratllada i olivetes negres  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Pastís d'ou amb verdures  
Llesqueta de pa amb tomàquet i oli d'oliva  
Fruita de temporada

25

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)  
Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Llibarro al forn amb moniato, ceba, tomàquet i pastanaga  
Fruita natural de temporada

26

Llenties amb verdures  
Peix fresc de Mercat  
Pastanaga ratllada, blat de moro, nabius i fulles d'enciams romana  
Postres d'aniversari

i per sopar...  
Crema de verdures de temporada  
Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet  
Fruita natural de temporada

29

Saltat de verdura i patata de temporada  
Arròs a la cassola amb au  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Salmó a la papillota amb pastanaga, carbassó i ceba  
Moniato al caliu  
Fruita de temporada

30

Caldo vegetal amb pasta de llegum  
Truita de patata i fonoll  
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua ratllada i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Quinoa amb verdures i fruita seca esmicolada  
Alvocat i tomàquet amanit  
Fruita de temporada

31

Crema de bròquil, patata i pastanaga  
Croquetes de cigró casolanes amb salsa tzatziki  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Macarrons amb verdures  
Pinxo amb daus de porc i pinya  
Brots variats amb orelanes i panses  
Fruita de temporada

1 Feb

Mongetes seques estofades amb pastanagues  
Gall dindi amb ceba, all i llorer al forn  
Pastanaga ratllada, blat de moro, nabius i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Pa integral amb tomàquet, oli, alvocat i formatge  
Truita de carbassó i ceba  
Fruita de temporada

2 Feb

Espirals a la carbonara amb formatge ratllat  
Peix fresc de Mercat  
Rodanxes de pastanaga, poma i pipes amb fulles d'enciams logurt natural

i per sopar...  
Espinacs amb patates  
Bistec de vedella a la planxa  
Fruita de temporada

# Menú escolar Febrer - 2024

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens



## Dilluns

### 5

Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn  
Llenties estofades amb patates  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purè de patates gratinat  
Sipia a la planxa i patata al caliu  
Amanida variada d'hortalisses  
Fruita de temporada

## Dimarts

### 6

Arròs amb verdures  
Daus de pollastre al curri amb guarnició d'arròs blanc  
Rodanxes de pastanaga, poma i pipes amb fulles d'enciams  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassa i moniato  
Tall de formatge fresc  
Lesqueta de pa amb tomàquet i oli d'oliva  
Fruita de temporada

## Dimecres

### 7

Fesolets amb verdures  
Filet de lluç al forn amb salsa verda  
Fulles d'enciams variats amb brins d'api i rodanxes de raves  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida al gust  
Mini pizzas d'albergínia i mozzarella  
Fruita de temporada

## Dijous

### 8

Amanida amb dauets de truita, cansalada, pipes i vinagreta  
Botifarra d'ou  
Truita de patata i ceba  
Xips de moniato  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa d'au amb meravella  
Truita de patata i fonoll  
Pebrot verd al forn  
Postres Llarders

## Divendres

### 9

Macarrons amb salsa bolonyesa (50% porc i 50% vedella) amb formatge ratllat  
Cruixents de pollastre arrebossat casolans  
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua ratllada i blat de moro  
logurt líquid

i per sopar...  
Patates al forn amb ceba  
Filet de gall dindi a la planxa  
Fruita de temporada

### 12

Purè de bledes i patata amb rostes de pa al forn  
Espaguetis a la bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Quinoa saltada amb bròquil i pastanaga ratllada  
Broquetes de rap, gamba, carbassó i tomàquet  
Fruita de temporada

### 13

Llenties estofades amb patates  
Truita de perrill cuit  
Escarola amb brins d'api i olives verdes a rodanxes  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de meravella  
Cuixetes de pollastre a la cassola amb ceba i pastanaga  
Fruita de temporada

### 14

Trinxat de la Cerdanya  
Filet de gall dindi arrebossat amb Torradetes amb sardinetes  
logurt natural

i per sopar...  
Sopa minestrone  
Truita de patates  
Fruita de temporada

### 15

Sopa de lluç i crancs amb arròs  
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques  
Patates a grills al forn amb espècies  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Arròs amb verdures i mongeta blanca  
Tomàquets xerri amanits amb ruca  
Postres Llarders

### 16

Crema de cigró  
Peix fresc de Mercat  
Pastanaga ratllada, blat de moro, nabius i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassa amb rostes cruixents  
Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa  
Carxofa saltada  
Fruita de temporada

### 19

Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn  
Ous amb salsa beixamel  
Fulles d'enciams variats amb brins d'api i rodanxes de raves  
logurt natural

i per sopar...  
Sopa de lletres  
Seitons arrebossats  
Verdures saltades  
Fruita de temporada

### 20

Mongeta tendra amb patata  
Fideuà de peix amb salsa allíoli  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Arròs amb verdures  
Truita de formatge  
Fruita de temporada

### 21

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil  
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua, pastanaga ratllada i olivetes negres  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Patates gratinades al forn  
Filet de gall dindi al forn amb salsa verda  
Fruita de temporada

### 22

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)  
Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Coliflor gratinada  
Orada al forn amb carbassó i patata al caliu  
Fruita de temporada

### 23

Pèsols guisats amb patates  
Peix fresc de Mercat  
Pastanaga ratllada, blat de moro, nabius i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida amb fruits secs  
Llom de porc arrebossat amb panet  
Fruita de temporada

### 26

Saltat de verdura i patata de temporada  
Arròs a la cassola amb au  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Moniato al forn  
Broquetes de verdures, gambes i pinya  
Fruita de temporada

### 27

Caldo vegetal amb pasta de llegum  
Truita de patata i fonoll  
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua ratllada i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Bròquil i pastanaga al vapor  
Pa amb tomàquet i formatges variats  
Fruita de temporada

### 28

Crema de bròquil, patata i pastanaga  
Croquetes de cigró casolanes amb salsa tzatziki  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purè de patata  
Llom de salmó amb compota de poma  
Fruita de temporada

### 29

Mongetes seques estofades amb pastanagues  
Daus de pollastre al curri amb guarnició d'arròs blanc  
Escarola amb brins d'api i olives verdes a rodanxes  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida verda amb pastanaga i poma  
Ous ferrats sucats amb pa integral  
Fruita de temporada

### 1 Març

Espirals a la carbonara amb formatge ratllat  
Peix fresc de Mercat  
Rodanxes de pastanaga, poma i pipes amb fulles d'enciams  
logurt natural

i per sopar...  
Crema de carbassa i poma  
Mandonguilles de vedella a la jardinera  
Fruita de temporada

# Menú escolar Març - 2024

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens



## Dilluns

4

Macarrons integrals a la napolitana amb formatge ratllat  
Fruita de verdres  
Rodanxes de pastanaga, poma i pipes amb fulles d'enciams logurt natural

i per sopar...  
Broquetes de verdres, gambes i pinya  
Orada al forn amb llimona  
Xips de moniato  
Fruita de temporada

## Dimarts

5

Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn  
Llenties estofades amb patates  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Tomàquet amanit amb mozzarella  
Cuscús amb verdres i ametlles  
Fruita de temporada

## Dimecres

6

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa amb lletres  
Quiche d'ou amb verdres  
Plàtan amb xocolata negra

## Dijous

7

Fesolets amb verdures  
Mandonguilles de vedella al forn amb patates  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassa i moniato  
Sípia a la planxa i patata al caliu  
Fruita de temporada

## Divendres

8

Arròs amb verdures  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb brins d'api i rodanxetes de raves  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de tomàquet  
Pastís de patata, verdres i carn gratinat  
Fruita de temporada

11

Puré de bledes i patata amb rostes de pa al forn  
Espaguetis a la bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de lletres  
Seitons arrebossats  
Cogombre i pastanaga  
Fruita de temporada

12

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita de pemil cuit  
Fulles d'enciams variats amb remolatxa crua ratllada i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Bledes amb patata  
Hamburguesa vegetal a la planxa  
Fruita de temporada

13

Trinxat de la Cerdanya  
Filet de gall dindi arrebossat  
Rodanxes de pastanaga, poma i pipes amb fulles d'enciams logurt natural

i per sopar...  
Remenat de xampinyons, daus de patata i ceba  
Anelles de calamar a la planxa  
Fruita de temporada

14

Sopa de lluç i crancs amb arròs  
Pollastre rostit amb verdres i herbes aromàtiques  
Patates a grills al forn amb espècies  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Salsitxes de porc al forn  
Escalivada de pebrot vermell i albergínies  
Llesqueta de pa amb tomàquet i oli d'oliva  
Fruita de temporada

15

Bledes amb patata  
Peix fresc de Mercat  
Pastanaga ratllada, blat de moro, nabius i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cintes de carbassó amb tomàquets secs saltats  
Fruita de patata i ceba  
Fruita de temporada

18

Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn  
Ous amb salsa beixamel  
Fulles d'enciams variats amb brins d'api i rodanxetes de raves  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Quinoa amb verdures i fruita seca  
Llom de bacallà amb salsa de tomàquet  
Fruita de temporada

19

Mongeta tendra amb patata  
Fideus a la cassola  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa casolana de fideus  
Truita de pebrots  
Fruita de temporada

20

Llenties estofades amb patates  
Filet de lluç al forn amb salsa verda  
Pastanaga ratllada, blat de moro, nabius i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassó  
Conill amb alloli  
Fruita de temporada

21

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)  
Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada  
Salmó a la papillota amb pastanaga, carbassó i ceba  
Fruita de temporada

22

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Filet de gall dindi arrebossat  
Escarolà amb brins d'api i olives verdes a rodanxetes  
Postres d'aniversari

i per sopar...  
Sopa casolana de fideus  
Gall dindi amb samfaina i patata al caliu  
Fruita de temporada

25

26

27

28

29