

FEBRER | ESCOLA FOLCH I TORRES (halal)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P SOPA DE PEIX AMB PISTONS (1, 4, 9, T6, T10) 2P GALL DINDI halal MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU DAUS DE PATATES SALTEJADES PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P POLLASTRE halal AL FORN AMB CARBASSA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO IOGURT (7) 5	1P PEAS SOUP (7) 2P FISH & CHIPS (1, 3, 4, 7) GU FRESH SALAD PO FRESH FRUIT 6	1P MINESTRA DE VERDURES 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA (trinxat de carn de vedella halal i salsa de tomàquet CASOLANA) (1, 12, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P PIT DE POLLASTRE halal A LA PLANXA GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 6, 10) PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, alls i pebrots) (1) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE halal ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, alls i pebrots) 2P REMENAT D'OU AMB HORTALISSES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET PO IOGURT DE MADUIXA (7) 13	Festiu 14
1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P POLLASTRE halal EN PEPITORIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO IOGURT (7) 18	1P BROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9, T6, T10) 2P HAMBURGUESA DE VEDELLA halal A LA PLANXA (12) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7) PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI halal GU BASTONETS DE PASTANAGA EN TEMPURA (1, 3, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P FUSSILIS AMB SALSA ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (1, 3, 7, 12) 2P NUGUETS DE POLLASTRE halal CASOLANS (1, 3, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P MINESTRA DE VERDURES 2P DAUS DE VEDELLA halal ESTOFATS (1, 9) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P CIGRONS SALTEJATS AMB QUINOA 2P SUQUET DE RAP AMB PATATES (4, 9) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 27	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional) 2P POLLASTRE halal AMB SALSA BARBACOA (12) GU PATATES XIPS PO POSTRE DE CARNESTOLTES* (1, 5, 6, 7, 8, 12) 28



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramuosos
(13)



Mol·luscs
(14)



Sistema de
Gestió
ISO 9001:2015
www.bva.com
ID: 315434343

FEBRER | ESCOLA FOLCH I TORRES (sense peix)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P SOPA VEGETAL AMB PISTONS (1,9) 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU DAUS DE PATATES SALTEJADES PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P POLLASTRE AL FORN AMB CARBASSA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO IOGURT (7) 5	1P PEAS SOUP 2P SALSITXES A LA PLANXA & CHIPS (12) GU FRESH SALAD PO FRESH FRUIT  6	1P MENESTRA DE VERDURES 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA (salsa de tomàquet casolana i trinxat de carn) (1, 3, 12) PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSÀ CHIMICHURRI (12) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 6, 10) PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (1) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (1, 3, 6, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET PO IOGURT (7) 13	Festiu 14
1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1) 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P CREMA DE VERDURES 2P POLLASTRE EN PEPITORIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO IOGURT (7) 18	1P BROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9) 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (12) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7) PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P ESTOFAT DE GALL DINDI GU BASTONETS DE PASTANAGA EN TEMPURA (1, 3, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P FUSSILIS AMB SALSÀ ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (1, 3, 7, 12) 2P NUGUETS DE POLLASTRE CASOLANS (1, 3, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P MINESTRA DE VERDURES 2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS (1) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P VERDURA DEL TEMPS 2P CIGRONS SALTEJATS AMB QUINOA GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS  26	1P ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE BUTIFARRA D'OU (1, 3, 6, 7, 10, 12) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS  27	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional) 2P POLLASTRE AMB SALSÀ BARBACOA (12) GU PATATES FREGIDES PO POSTRE DE CARNESTOLTES* (3, 7)  28



FEBRER | ESCOLA FOLCH I TORRES (ovolactovegetarià)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P SOPA DE VERDURES AMB PISTONS (1, 9) 2P HAMBURGUESES VEGETAL A LA PLANXA (1, 6, 12, 9) GU DAUS DE PATATES SALTEJADES PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P VERDURA DEL TEMPS 2P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO IOGURT (7) 5	1P PEAS SOUP 2P SCRAMBLED EGGS (3) GU PATATES FREGIDES PO FRESH FRUIT 6	1P MENESTRA DE VERDURES 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE SOJA TEXTURITZADA (1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11) PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) TOFU AL FORN (1, 6) 2P CUSCÚS SALTEJAT (1, 6, 10) GU PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P NUGGETS VEGETALS (1, 3 6) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, alls i pebrots) 2P REMENAT D'OU AMB ESPÀRRECS (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET PO IOGURT (7) 13	Festiu 14
1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1) 2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7) GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P CREMA DE VERDURES 2P FABES SALTEJADES GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO IOGURT (7) 18	1P BROU CASOLÀ VEGETAL AMB GALETS (1, 9) 2P HAMBURGUESA VEGETAL (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN 2P TOFU AL FORN (1, 6)) GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7) PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P BASTONETS DE FORMATGE (1, 3, 7) GU PASTANAGA EN TEMPURA (1, 3, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P FUSSILIS AMB SALSAL ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (1, 3, 7, 12) 2P NUGUETS VEGETARIANS (1, 3, 6) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P MINESTRA DE VERDURES 2P SEITAN ESTOFAT (1, 6) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P VERDURA DEL TEMPS 2P CIGRONS SALTEJATS AMB QUINOA GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P ARRÒS AMB SALSAL DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE BFORMATGE (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 27	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional) 2P HAMBURGUESES VEGETAL A LA PLANXA (1, 6, 12, 9) GU PATATES FREGIDES POSTRE DE CARNESTOLTES* (3, 7) 28



FEBRER | ESCOLA FOLCH I TORRES (sense lactosa)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P SOPA DE PEIX AMB PISTONS (1, 4, 9) 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU DAUS DE PATATES SALTEJADES PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P POLLASTRE AL FORN AMB CARBASSA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO IOGURT sense lactosa 5	1P PEAS SOUP 2P FISH & CHIPS (1, 3, 4) GU FRESH SALAD PO FRESH FRUIT 6	1P MENESTRA DE VERDURES 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA (salsa de tomàquet casolana i trinxat de carn) (1, 3, 12) PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSÀ CHIMICHURRI (12) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 6, 10) PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba, alls i pebrots) (1) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (1, 3, 6, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, alls i pebrots) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET PO IOGURT sense lactosa 13	Festiu 14
1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1) 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P CREMA DE VERDURES 2P POLLASTRE EN PEPITORIA sense lactosa (1, 3, 5, 6, 8, 9, 11) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO IOGURT sense lactosa 18	1P BROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9) 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (12) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P ESTOFAT DE GALL DINDI GU BASTONETS DE PASTANAGA AL FORN PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P FUSSILIS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET sense lactosa (1, 3, 12) 2P NUGUETS DE POLLASTRE CASOLANS (1, 3, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P MINESTRA DE VERDURES 2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS (1) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P CIGRONS SALTEJATS AMB QUINOA 2P SUQUET DE RAP AMB PATATES (4, 9) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE FORMATGE sense lactosa (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 27	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional) 2P POLLASTRE AMB SALSÀ BARBACOA (12) GU PATATES FREGIDES PO POSTRE DE CARNESTOLTES* sense lactosa (3) 28



LA TEVA DIETA DIÀRIA

ESMORZARS I BERENARS SALUDABLES

PA, CEREALS O DERIVATS

LLET O DERIVATS

FRUITA FRESCA O HORTALISSES

I TAMBÉ FRUITS SECS

completa la teva alimentació diària amb un sopar adequat

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

Prepara el sopar amb aliments que no s'hagin consumit en el menjar elaborats de manera lleugera i simple

SI HAN MENJAT

PODEN SOPAR

Verdures i Hortalisses

Verdures i Hortalisses crues o cuinades

Patata o moniato

Pasta, arròs, pa o altres cereals

Pasta, arròs, pa o altres cereals

Patata o moniato

Llegums

Peix, Ou o Carn

Carn blanca o vermella

Peix, Ous o Llegums

Peix blanc o blau

Carn blanca, Ous o Llegums

Ous

Carn blanca, Peix o Llegums

Fruita Fresca

Fruita Fresca o Làctic

Làctic

Fruita Fresca

OFERIM MENÚS..

sostenibles

equilibrats

saludables

responsables

variats

innovadors

de temporada

de proximitat

PER CARNAVAL ...

TROMPE-L'œil · TRAMPANTOJO · ENGANYATALL

És una tècnica artística que crea la il·lusió òptica de la realitat, enganyant la vista de l'observador.

Plantes aromàtiques

Menta

Galetes picades

logurt + sobre kraft

logurt

Prèssec

Bastonets de poma

Ous ferrats amb patates