



# Menú basal – Setembre 2022



ESCOLA JOAN MARAGALL

## DILLUNS

5 – Tornem al cole!

MELÓ AMB PERNIL

FIDEUÀ A LA MARINERA  
(SÍPIA, GAMBES I MUSCLOS)

PA I IOGURT

Sopar:

Pèsols saltats  
Croquetes vegetals



## DIMARTS

6

ARRÓS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)

BOTIFARRA AMB COMPOTA DE  
POMA

PA I FRUITA

Sopar:

Verdura de temporada  
Llegum cuita

## DIMECRES

7

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)

POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

PA I FRUITA

Sopar:

Pasta amb sofregit  
Peix a la planxa



## DIJOUS

8

LLENTIES ESTOFADES AMB  
VERDURETES

TRUITA DE PERNIL AMB TOMÀQUET  
AMANIT

PA I FRUITA

Sopar:

Arròs amb verdures  
Truita a la francesa

## DIVENDRES

9

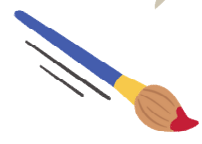
COUSCOUS INTEGRAL AMB  
VERDURES VARIADES

PEIX DE PROXIMITAT  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

Sopar:

Amanida grega  
Gall dindi al forn



12

MACARRONS INTEGRALS A LA  
NAPOLITANA

BUNYOLS DE BACALLÀ AL FORN  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

Sopar:

Amanida de llegum  
Conill al forn

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA

MANDONGUILLES A LA JARDINERA

PA I FRUITA

Sopar:

Arròs amb xampinyons  
Ous durs

14

AMANIDA CAMPEROLA

LLENTIES ESTOFADES

PA I IOGURT

Sopar:

Sopa de pasta  
Peix a la planxa

15

ARRÓS AMB VERDURES  
(CARBASSÓ, CEBA I PEBROT)

POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I FRUITA

Sopar:

Verdura amb patata  
Croquetes vegetals

16

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA I CARBASSÒ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

Sopar:

Crema de carbassa  
Pizzeta casolana

19

AMANIDA DE ARRÓS INTEGRAL

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

Sopar:

Empedrat de llegum  
Peix al forn

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA

FRICANDÓ DE VEDELLA ECO

PA I FRUITA

Sopar:

Arròs integral amb verdures  
Broqueta de pollastre

21

AMANIDA DE CIGRONS

LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I IOGURT

Sopar:

Crema de verdures  
Carbassons farcits

22

MACARRONS AMB SOFREGIT DE  
CEBA I TOMÀQUET

GALL DINDI AMB SUQUET

PA I FRUITA

Sopar:

Amanida de patata  
Truita de formatge

23

FESTA LOCAL DEL PRAT

26

FESTA LOCAL DEL PRAT

27

WOK D'ESPAGUETIS AMB  
VERDURES SALTEJADES

TRUITA DE CARBASSÓ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

Sopar:

Gaspatxo amb crostons  
Peix al forn

28

AMANIDA D'ARRÓS

PIT DE GALL D INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT

Sopar:

Verdures saltades  
Truita de patata

29

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR

SEITONS A LA ANDALUSA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I MACÈDONIA

Sopar:

Amanida de lleties  
Llom a la planxa

30

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA

ROSTIT DE POLLASTRE ECOLÒGIC  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

Sopar:

Amanida de tardor  
Lasanya vegetal

Tots aquest aliments del nostre menú són d'origen ecològic:

Totes les pastes, llegums i arrossos; tota la verdura i fruita de temporada; tot l'oli que utilitzem per cuinar i tota la sal, el pa integral.

També, dos cops al mes servim peix de proximitat i el pollastre eco

7x5=



# Menú basal – S-Gluten

ESCOLA JOAN MARAGALL



## DILLUNS

5 – Tornem al cole!

MELÓ AMB PERNIL\*

**PASTA S/GLUTEN** A LA MARINERA\*  
(SÍPIA, GAMBES I MUSCLOS)

**PA S/GLUTEN** I IOGURT

## DIMARTS

6

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR)

BOTIFARRA AMB COMPOTA DE POMA

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

## DIMECRES

7

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)

POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

**PA S/GLUTEN** I FRUITA



## DIJOUS

8

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES

TRUITA DE PERNIL\* AMB TOMÀQUET AMANIT

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

## DIVENDRES

9

VARIADES

PEIX DE PROXIMITAT\*\*  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

12

**PASTA S/GLUTEN** A LA NAPOLITANA

BACALLÀ AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I PATATA

MANDONGUILLES\* A LA JARDINERA

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

14

AMANIDA CAMPEROLA\*

LLENTIES ESTOFADES

**PA S/GLUTEN** I IOGURT

15

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÓ, CEBA I PEBROT)

POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA DEL TEMPS

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

16

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

19

AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL\*

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA

FRICANDÓ\*\* DE VEDELLA **S/GLUTEN**

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

21

AMANIDA DE CIGRONS\*

LLUÇ A LA ROMANA\*\* **S/GLUTEN**  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

**PA S/GLUTEN** I IOGURT

22

**PASTA S/GLUTEN** AMB SOFREGIT DE CEBA I TÒMAQUET

GALL D'INDI AMB SUQUET

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT



26

FESTA LOCAL DEL PRAT



27

**PASTA S/GLUTEN** AMB VERDURES  
SALTADES

TRUITA DE CARBASSÓ, CEBA AMB AMANIDA DEL TEMPS

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

28

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL VAPOR

SEITONS A LA ANDALUSA\*\*  
**S/GLUTEN** AMB AMANIDA DEL TEMPS

**PA S/GLUTEN** I IOGURT

29

AMANIDA D'ARRÒS\*

PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA

**PA S/GLUTEN** I MACEDÒNIA

30

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA

ROSTIT DE POLLASTRE AMB AMANIDA DEL TEMPS

**PA S/GLUTEN** I FRUITA

Back To School





## Menú basal – S-Lactosa

ESCOLA JOAN MARAGALL



### DILLUNS

5 – Tornem al cole!

MELÓ AMB PERNIL\*

FIDEUÀ A LA MARINERA  
(SÍPIA, GAMBES I MUSCLOS)

PA I **POSTRES SENSE LACTOSA**

### DIMARTS

6

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)

BOTIFARRA AMB COMPOTA DE  
POMA

PA I FRUITA

### DIMECRES

7

VICHYSOISE (S/LACTIS)  
(CREMA DE PORRO I PATATA)

POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

PA I FRUITA

### DIJOUS

8

LLENTIES ESTOFADES AMB  
VERDURETES

TRUITA DE PERNIL\* AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

### DIVENDRES

9

VERDURES VARIADES

PEIX DE PROXIMITAT\*\*  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

12

MACARRONS INTEGRALS A LA  
NAPOLITANA S/FORMATGE

BACALLÀ AL FORN AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I FRUITA

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA (S/LACTIS)

MANDONGUILLES\* A LA JARDINERA

PA I FRUITA

14

AMANIDA CAMPEROLA\* S/LACTIS

LLENTIES ESTOFADES

PA I **POSTRES SENSE LACTOSA**

15

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÓ, CEBA I PEBROT)

POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I FRUITA

16

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

19

AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL  
S/LACTIS

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA

FRICANDÓ DE VEDELLA

PA I FRUITA

21

AMANIDA DE CIGRONS

LLUÇ A LA ROMANA\*\* AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I **POSTRES SENSE LACTOSA**

22

MACARRONS AMB SOFREGIT DE  
CEBA I TÒMAQUET S/FORMATGE

GALL DINDI AMB SUQUET\*

PA I FRUITA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT



26

FESTA LOCAL DEL PRAT



27

WOK D'ESPAGUETIS AMB  
VERDURES SALTADES S/FORMATGE

TRUITA DE CARBASSÓ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

28

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR

SEITONS A LA ANDALUSA\*\* AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I **POSTRES SENSE LACTOSA**

29

AMANIDA D'ARRÒS S/LACTIS

PIT DE GALL D INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I MACÈDONIA

30

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA

ROSTIT DE POLLASTRE AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA





## Menú basal – S-Llegum

ESCOLA JOAN MARAGALL



**DILLUNS**

5 – Tornem al cole!

MELÓ AMB PERNIL\*

FIDEUÀ A LA MARINERA  
(SÍPIA, GAMBES I MUSCLOS)

PA I IOGURT

**DIMARTS**

6

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)

BOTIFARRA\* AMB COMPOTA DE  
POMA

PA I FRUITA

**DIMECRES**

7

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)

POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

PA I FRUITA

**DIJOUS**

8

**PATATES** ESTOFADES AMB  
VERDURETES

TRUITA DE PERNIL\* AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

**DIVENDRES**

9

VARIADES

PEIX DE PROXIMITAT\*\*  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

12

MACARRONS INTEGRALS\* A LA  
NAPOLITANA

BUNYOLS DE BACALLÀ\* AL FORN  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA

MANDONGUILLES\* A LA JARDINERA  
S/PÈSOLS

PA I FRUITA

14

AMANIDA CAMPEROLA S/LLEGUM

PEIX A LA PLANXA AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I IOGURT

15

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÓ, CEBA I PEBROT)

POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I FRUITA

16

**PATATA** AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

19

AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA

FRICANDÓ\*\* DE VEDELLA

PA I FRUITA

21

AMANIDA DE PASTA

LLUÇ A LA ROMANA\*\* AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I IOGURT

22

MACARRONS AMB SOFREGIT DE  
CEBA I TOMÀQUET

GALL D'INDI AMB SUQUET

PA I FRUITA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT

26

FESTA LOCAL DEL PRAT

27

WOK D'ESPAGUETIS AMB  
VERDURES SALTADES

TRUITA DE CARBASSÓ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

28

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR

SEITONS A LA ANDALUSA\*\* AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I IOGURT

29

AMANIDA D'ARRÒS

PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA

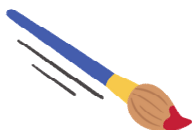
PA I MACÈDONIA

30

**MONGETA TENDRA** AMB PATATA

ROSTIT DE POLLASTRE AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA





# Menú basal – S-Fruits secs-ou

ESCOLA JOAN MARAGALL

**DILLUNS**

**5 – Tornem al cole!**

MELÓ AMB PERNIL  
FIDEUA FIDEUS S/OU\* A LA  
MARINERA  
(AMB CAMBER I MUSCLOS)  
PA I IOGURT

**DIMARTS**

**6**

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)  
BOTIFARRA AMB COMPOTA DE  
POMA  
PA I FRUITA

**DIMECRES**

**7**

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)  
POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA  
PA I FRUITA

**DIJOUS**

**8**

LLENTIES ESTOFADES AMB  
VERDURETES  
**GALL D INDI A LA PLANXA\*** AMB  
TOMÀQUET AMANIT  
PA I FRUITA

**DIVENDRES**

**9**

VARIADES  
PEIX DE PROXIMITAT\*\*  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET  
PA I FRUITA

**12**

MACARRONS INTEGRALS S/OU\* A  
NAPOLITANA  
**BACALLÀ A LA ANDALUSA\*** AL  
FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS  
PA I FRUITA

**13**

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA  
MANDONGUILLES\* A LA JARDINERA  
PA I FRUITA

**14**

AMANIDA CAMPEROLA  
LLENTIES ESTOFADES  
PA I IOGURT

**15**

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÓ, CEBA I PEBROT)  
POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA  
DEL TEMPS  
PA I FRUITA

**16**

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES  
**TIMBAL\*** DE PATATA I CARBASSÓ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS  
PA I FRUITA

**19**

AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL  
**SALTEJAT DE VERDURES\*** DE CEBA I  
PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT  
PA I FRUITA

**20**

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA  
FRICANDÓ DE VEDELLA ECO  
PA I FRUITA

**21**

AMANIDA DE CIGRONS  
**LLUÇ A LA ANDALUSA\*** AMB  
AMANIDA DEL TEMPS  
PA I IOGURT

**22**

MACARRONS S/OU\* AMB SOFREGIT  
DE CEBA I TÒMAQUET  
GALL DINDI AMB SUQUET  
PA I FRUITA

**23**

FESTA LOCAL DEL PRAT

**26**

FESTA LOCAL DEL PRAT

**27**

WOK D'ESPAGUETIS S/OU\* AMB  
VERDURES SALTEJADES  
**TIMBAL\*** DE CARBASSÓ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS  
PA I FRUITA

**28**

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR  
SEITONS A LA ANDALUSA\*\* AMB  
AMANIDA DEL TEMPS  
PA I IOGURT

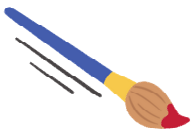
**29**

AMANIDA D'ARRÒS  
PIT DE GALL D INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA  
PA I MACÈDONIA

**30**

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA  
ROSTIT DE POLLASTRE AMB  
AMANIDA DEL TEMPS  
PA I FRUITA

\*\* FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART  
\* INGREDIENTS S/OU, NI DERIVATS (verificar fitxes de proveïdors)





## Menú basal – S-Ou

ESCOLA JOAN MARAGALL



### DILLUNS

5 – Tornem al cole!

MELÓ AMB PERNIL  
FIDEUA FIDEUS S/OU\* A LA  
MARINERA  
(AMB CAMPEROLA I MARRONERS)  
PA I IOGURT

### DIMARTS

6

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)  
BOTIFARRA AMB COMPOTA DE  
POMA  
PA I FRUITA

### DIMECRES

7

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)  
POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA  
PA I FRUITA

### DIJOUS

8

LLENTIES ESTOFADES AMB  
VERDURETES  
GALL D INDI A LA PLANXA\* AMB  
TOMÀQUET AMANIT  
PA I FRUITA

### DIVENDRES

9

VARIADES  
PEIX DE PROXIMITAT  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET  
PA I FRUITA

12

MACARRONS INTEGRALS S/OU\* A  
NAPOLITANA  
BACALLÀ A LA ANDALUSA\* AL  
FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS  
PA I FRUITA

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA  
MANDONGUILLES\* A LA JARDINERA  
PA I FRUITA

14

AMANIDA CAMPEROLA  
LLENTIES ESTOFADES  
PA I IOGURT

15

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÓ, CEBA I PEBROT)  
POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA  
DEL TEMPS  
PA I FRUITA

16

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES  
TIMBAL\* DE PATATA I CARBASSÓ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS  
PA I FRUITA

19

AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL  
SALTEJAT DE VERDURES\* DE CEBA I  
PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT  
PA I FRUITA

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA  
FRICANDÓ DE VEDELLA ECO  
PA I FRUITA

21

AMANIDA DE CIGRONS  
LLUÇ A LA ANDALUSA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS  
PA I IOGURT

22

MACARRONS S/OU\* AMB SOFREGIT  
DE CEBA I TÒMAQUET  
GALL DINDI AMB SUQUET  
PA I FRUITA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT

26

FESTA LOCAL DEL PRAT

27

WOK D'ESPAGUETIS S/OU\* AMB  
VERDURES SALTEJADES  
TIMBAL\* DE CARBASSÓ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS  
PA I FRUITA

28

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR  
SEITONS A LA ANDALUSA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS  
PA I IOGURT

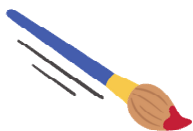
29

AMANIDA D'ARRÒS  
PIT DE GALL D INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA  
PA I MACÈDONIA

30

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA  
ROSTIT DE POLLASTRE AMB  
AMANIDA DEL TEMPS  
PA I FRUITA

\* INGREDIENTS S/OU, NI DERIVATS (verificar fitxes de proveïdors)





## Menú basal – Marisc

ESCOLA JOAN MARAGALL



**DILLUNS**

5 – Tornem al cole!

MELÓ AMB PERNIL

FIDEUS A LA CASSOLA AMB  
VERDURES S/PEIX NI MARISC

PA I IOGURT

**DIMARTS**

6

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)

BOTIFARRA AMB COMPOTA DE  
POMA

PA I FRUITA

**DIMECRES**

7

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)

POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

PA I FRUITA

**DIJOUS**

8

LLENTIES ESTOFADES AMB  
VERDURETES

TRUITA DE PERNIL AMB TOMÀQUET  
AMANIT

PA I FRUITA

**DIVENDRES**

9

VERDURES VARIADES

GALL DINDI ARREBOSSAT\*\*  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

12

MACARRONS INTEGRALS A LA  
NAPOLITANA

OUS AL FORN AMB AMANIDA DEL  
TEMPS

PA I FRUITA

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA

MANDONGUILLES A LA JARDINERA

PA I FRUITA

14

AMANIDA CAMPEROLA S/PEIX NI  
MARISC

LLENTIES ESTOFADES

PA I IOGURT

15

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÓ, CEBA I PEBROT)

POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I FRUITA

16

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

19

AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL  
S/PEIX NI MARISC

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA

FRICANDÓ\*\* DE VEDELLA ECO

PA I FRUITA

21

AMANIDA DE CIGRONS S/PEIX NI  
MARISC

TRUITA A LA FRANCESA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I IOGURT

22

MACARRONS AMB SOFREGIT DE  
CEBA I TOMÀQUET

GALL DINDI AMB SUQUET

PA I FRUITA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT

26

FESTA LOCAL DEL PRAT

27

WOK D'ESPAGUETIS AMB  
VERDURES SALTADES

TRUITA DE CARBASSÓ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

28

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR

HAMBURGUESES DE VEDELLA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I IOGURT

29

AMANIDA D'ARRÒS S/PEIX NI  
MARISC

PIT DE GALL D INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I MACÈDONIA

30

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA

ROSTIT DE POLLASTRE AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

\* INGREDIENTS S/PEIX, MARISC NI DERIVATS (verificar fitxes de proveïdors)  
\*\* FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA  
I EL FORN A PART





# Menú basal – S-Peix-Llegum-Marisc

ESCOLA JOAN MARAGALL



**DILLUNS**

5 – Tornem al cole!

MELÓ AMB PERNIL

FIDEUS A LA CASSOLA AMB  
VERDURES S/PEIX NI MARISC

PA I IOGURT

**DIMARTS**

6

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)

BOTIFARRA AMB COMPOTA DE  
POMA

PA I FRUITA

**DIMECRES**

7

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)

POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

PA I FRUITA

**DIJOUS**

8

PATATES ESTOFADES AMB SUQUET

TRUITA DE PERNIL AMB TOMÀQUET  
AMANIT

PA I FRUITA

**DIVENDRES**

9

VERDURES VARIADES

GALL DINDI ARREBOSSAT\*\*  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

12

MACARRONS INTEGRALS A LA  
NAPOLITANA

OUS AL FORN AMB AMANIDA DEL  
TEMPS

PA I FRUITA

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA

MANDONGUILLES A LA JARDINERA

PA I FRUITA

14

AMANIDA CAMPEROLA S/PEIX NI  
MARISC

LLOM ADOBAT A LA PLANXA

PA I IOGURT

15

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÓ, CEBA I PEBROT)

POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I FRUITA

16

PATATES AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

19

AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL  
S/PEIX NI MARISC

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA

FRICANDÓ\*\* DE VEDELLA ECO

PA I FRUITA

21

AMANIDA VARIADA S/PEIX NI  
MARISC

TRUITA A LA FRANCESA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I IOGURT

22

MACARRONS AMB SOFREGIT DE  
CEBA I TOMÀQUET

GALL DINDI AMB SUQUET

PA I FRUITA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT

26

FESTA LOCAL DEL PRAT

27

WOK D'ESPAGUETIS AMB  
VERDURES SALTADES

TRUITA DE CARBASSÓ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

28

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR

HAMBURGUESES DE VEDELLA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I IOGURT

29

AMANIDA D'ARRÒS S/PEIX NI  
MARISC

PIT DE GALL D INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I MACÈDONIA

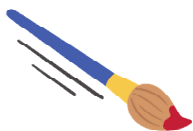
30

PATATES ESTOFADES AMB SUQUET

ROSTIT DE POLLASTRE AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

\*INGREDIENTS S/PEIX, MARISC NI DERIVATS (verificar fitxes de proveïdors)  
FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL  
FORN A PART  
\*\*INGREDIENTS S/FRUITS SECS NI PICADA DE FRUITS SECS EN PREPARACIONS  
(verificar fitxes de proveïdors)





## Menú basal – S-Fructosa

ESCOLA JOAN MARAGALL



**DILLUNS**

5 – Tornem al cole!  
AMANIDA D'HORTALISSES PERMESES  
FIDEUA A LA MARIANERA (SÍPIA, GAMBES I MUSCLOS) AMB VERDURES PERMESES  
PA I IOGURT NATURAL

**DIMARTS**

6  
ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE VERDURES TOLERADES I OU DUR)  
BOTIFARRA AMB ENCIAM  
PA I FRUITA PERMESA

**DIMECRES**

7  
CREMA DE VERDURES PERMESES I PATATA  
POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM S/PASTANAGA  
PA I FRUITA PERMESA

**DIJOUS**

8  
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES PERMESES  
TRUITA DE PERNIL AMB COGOMBRE AMANIT  
PA I FRUITA PERMESA

**DIVENDRES**

9  
VERDURES TOLERADES  
PEIX DE PROXIMITAT AMB ENCIAM S/TOMÀQUET  
PA I FRUITA PERMESA

12

MACARRONS INTEGRALS AMB VERDURES TOLERADES  
PUNTOLS DE BALALLA AL FURN AMB AMANIDA D'HORTALISSES PERMESES  
PA I FRUITA PERMESA

13

CREMA DE VERDURES PERMESES I PATATA  
MANDONGUILLES AMB SUC  
PA I FRUITA PERMESA

14

AMANIDA CAMPEROLA AMB HORTALISSES PERMESES  
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES PERMESES  
PA I IOGURT NATURAL

15

ARRÒS AMB VERDURES TOLERADES  
POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA D'HORTALISSES PERMESES  
PA I FRUITA PERMESA

16

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES  
TRUITA DE PATATA I CARBASSO AMB AMANIDA D'HORTALISSES PERMESES  
PA I FRUITA PERMESA

19

AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL I HORTALISSES PERMESES  
TRUITA FRANCESA AMB COGOMBRE AMANIT  
PA I FRUITA PERMESA

20

PATATA I VERDURA TOLERADA BULLIDA  
FRICANDÓ DE VEDELLA AMB VERDURETES PERMESES  
PA I FRUITA PERMESA

21

AMANIDA DE CIGRONS I HORTALISSES PERMESES  
LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA D'HORTALISSES PERMESES  
PA I IOGURT NATURAL

22

MACARRONS AMB VERDURA TOLERADA  
GALL DINDI AMB SUQUET  
PA I FRUITA PERMESA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT

26

FESTA LOCAL DEL PRAT

27

WOK D'ESPAGUETIS AMB VERDURES TOLERADES SALTADES  
TRUITA DE CARBASSO I LLEDA AMB AMANIDA D'HORTALISSES PERMESES  
PA I FRUITA PERMESA

28

PATATA I VERDURA TOLERADA AL VAPOR  
JEFONS A LA MARIANERA AMB AMANIDA D'HORTALISSES PERMESES  
PA I IOGURT NATURAL

29

AMANIDA D'ARRÒS I HORTALISSES PERMESES  
PIT DE GALL D INDI A LA PLANXA AMB COGOMBRE  
PA I FRUITA PERMESA

30

VERDURA TOLERADA BULLIDA AMB PATATA  
ROSTIT DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'HORTALISSES PERMESES  
PA I FRUITA PERMESA





## Menú basal – S-Porc

ESCOLA JOAN MARAGALL



**DILLUNS**

5 – Tornem al cole!

AMANIDA VARIADA\* AMB MELÒ

FIDEUÀ A LA MARINERA  
(SÍPIA, GAMBES I MUSCLOS)

PA I IOGURT

**DIMARTS**

6

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)

SALXITXES POLLASTRE\* AMB  
COMPOTA DE POMA

PA I FRUITA

**DIMECRES**

7

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)

POLLASTRE A L'ALLET  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

PA I FRUITA

**DIJOUS**

8

LLENTIES ESTOFADES AMB  
VERDURETES

TRUITA DE S/PERNIL\* AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

**DIVENDRES**

9

COUSCOUS INTEGRAL AMB  
VERDURES VARIADES

PEIX DE PROXIMITAT  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

12

MACARRONS INTEGRALS A LA  
NAPOLITANA

BUNYOLS DE BACALLÀ AL FORN  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA

MANDONGUILLES DE VEDELLA\* A  
LA JARDINERA

PA I FRUITA

14

AMANIDA CAMPEROLA

LLENTIES ESTOFADES

PA I IOGURT

15

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÒ, CEBA I PEBROT)

POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I FRUITA

16

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA I CARBASSÒ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

19

AMANIDA DE ARRÒS INTEGRAL

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA

FRICANDÓ DE VEDELLA ECO

PA I FRUITA

21

AMANIDA DE CIGRONS

LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I IOGURT

22

MACARRONS AMB SOFREGIT DE  
CEBA I TOMÀQUET

GALL DINDI AMB SUQUET

PA I FRUITA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT



26

FESTA LOCAL DEL PRAT



27

WOK D'ESPAGUETIS AMB  
VERDURES SALTEJADES

TRUITA DE CARBASSÒ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

28

AMANIDA D'ARRÒS

PIT DE GALL D INDI A LA PLANXA  
AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT

29

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR

SEITONS A LA ANDALUSA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I MACÈDONIA

30

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA

ROSTIT DE POLLASTRE ECOLÒGIC  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA





## Menú basal – S-Carn

ESCOLA JOAN MARAGALL



**DILLUNS**

5 – Tornem al cole!

AMANIDA VARIADA\* AMB MELÒ

FIDEUÀ A LA MARINERA  
(SÍPIA, GAMBES I MUSCLOS)

PA I IOGURT

**DIMARTS**

6

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE  
TOMÀQUET I OU DUR)

PEIX PLANXA\* AMB COMPOTA DE  
POMA

PA I FRUITA

**DIMECRES**

7

VICHYSOISE  
(CREMA DE PORRO I PATATA)

REMENAT DE OU\* AMB VERDURES  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

PA I FRUITA

**DIJOUS**

8

LLENTIES ESTOFADES AMB  
VERDURETES

TRUITA DE S/PERNIL\* AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

**DIVENDRES**

9

COUSCOUS INTEGRAL AMB  
VERDURES VARIADES

PEIX DE PROXIMITAT  
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

12

MACARRONS INTEGRALS A LA  
NAPOLITANA

BUNYOLS DE BACALLÀ AL FORN  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

13

CREMA DE CARBASSA, PORRO I  
PATATA

MANDONGUILLES VEGANAS\* A LA  
JARDINERA

PA I FRUITA

14

AMANIDA CAMPEROLA

LLENTIES ESTOFADES

PA I IOGURT

15

ARRÒS AMB VERDURES  
(CARBASSÒ, CEBA I PEBROT)

VARETES DE VERDURES\* DEL  
TEMPS

PA I FRUITA

16

CIGRONS ESTOFATS AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA I CARBASSÒ  
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

19

AMANIDA DE ARRÒS INTEGRAL

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB  
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

20

PATATA I MONGETA  
TENDRA BULLIDA

VARETES DE LLUÇ\*

PA I FRUITA

21

AMANIDA DE CIGRONS

LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA  
DEL TEMPS

PA I IOGURT

22

MACARRONS AMB SOFREGIT DE  
CEBA I TOMÀQUET

REMENAT D'OU AMB VERDURES

PA I FRUITA

23

FESTA LOCAL DEL PRAT



26

FESTA LOCAL DEL PRAT



27

WOK D'ESPAGUETIS AMB  
VERDURES SALTEJADES

TRUITA DE CARBASSÒ, CEBA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

28

AMANIDA D'ARRÒS

VARETES DE VERDURES\* DEL  
TEMPS

PA I IOGURT

29

BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL  
VAPOR

SEITONS A LA ANDALUSA AMB  
AMANIDA DEL TEMPS

PA I MACÈDONIA

30

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA

REMENAT D'OU AMB VERDURES

PA I FRUITA

