



MENÚ BASAL

FEBRER 2025



Alimentació Equilibrada i Activa

Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
03 Arròs a la napolitana Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	04 Crema de verdura directa de l'hort (12) Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro (4,12) Iogurt natural ecològic (7)	05 Pèsols a l'allet amb pernil Truita de patates amb enciam i olives (3,12) Fruita del temps	06 Bròquil amb patata (12) Estofat de gall dindi Fruita del temps	07 Brou de peix amb fideus (1,2,4,14) Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps
10 Crema de pastanaga (12) Espirals a la bolonyesa de soja (1,6,8,11) Fruita del temps	11 Arròs a la cassola Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa (3,7,12) Fruita del temps	12 Llenties estofades amb carbassa Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga (12) Fruita del temps	13 Escudella (fideus, cigrons, col i pastanaga) (1,9) Peix fresc amb enciam olives negres (4,12) Fruita del temps	14 Patates amb espinacs (12) Fricandó de vedella a la jardineria (1) Iogurt natural ecològic (7)
17 Arròs amb verdures i salsa de soja (1,6) Croquetes vegetals amb enciam i col lombarda (1,2,3,4,6,7,9,10,14) Fruita del temps	18 Crema de carxofes (12) Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba Iogurt natural ecològic (7)	19 Verdura directa de l'hort amb patata (12) Llenties amb arròs Fruita del temps	20 Mongetes estofades Truita de calçots amb enciam i blat de moro (3,12) Fruita del temps	21 Macarrons carbonara (1,7) Lluç a l'allet amb guarnició d'humus (4,11) Fruita del temps
24 Pèsols amb patata (12) Truita de formatge amb enciam i pastanaga (3,7,12) Fruita del temps	25 Brou d'au amb pistons (1,9) Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps	26 Coliflor amb patates (12) Peix fresc amb edamames (4,6) Fruita del temps	27 DIJOUS GRAS Crema de verdures (12) Botifarres esparracades (amb botifarra d'ou) amb mongetes seques (3,7,12) Fruita del temps	28 MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Pollastre arrebossat amb enciam i olives (1,3,12) Natilles "La Fageda" (3,7)

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ LAXANT

FEBRER 2025



Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

Arròs integral a la napolitana
Llenties estofades amb verdures
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

04

Crema de verdura directa de l'hort
Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro
logurt natural ecològic (7)
PA INTEGRAL

05

Pèsols a l'allet amb pernil
Trita de patates amb enciam i olives
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

06

Bròquil amb patata
Estofat de gall dindi
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

07

Brou de peix amb pasta integral
Cigrons saltats pastanaga i all i julivert
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

Kcal = 712,01
Líp = 24,74 g
AG sat = 4,76 g
Hdc = 74,25 g
Prot = 32,79 g
Fibra = 12,07 g

10

Crema de pastanaga
Espirals integral a la bolonyesa de soja
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

11

Arròs integral a la cassola
Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

12

Llenties estofades amb carbassa
Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

13

Escudella (pasta integral, cigrons, col i pastanaga)
Peix fresc amb enciam olives negres
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

14

Patates amb espinacs
Fricandó de vedella a la jardineria
logurt natural ecològic (7)
PA INTEGRAL

Kcal = 703,41
Líp = 23,28 g
AG sat = 4,40 g
Hdc = 76,24 g
Prot = 32,87 g
Fibra = 12,63 g

17

Arròs integral amb verdures i salsa de soja
Croquetes vegetals amb enciam i col lombarda
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

18

Crema de carxofes
Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba
logurt natural ecològic (7)
PA INTEGRAL

19

Verdura directa de l'hort amb patata
Llenties amb arròs integral
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

20

Mongetes estofades
Trita de calçots amb enciam i blat de moro
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

21

Macarrons integral carbonara
Lluç a l'allet amb guarnició d'humus
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

Kcal = 751,12
Líp = 28,00 g
AG sat = 5,32 g
Hdc = 82,92 g
Prot = 28,20 g
Fibra = 12,81 g

24

Pèsols amb patata
Trita de formatge amb enciam i pastanaga
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

25

Brou d'au amb pasta integral
Cigrons amb sofregit de verdures
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

26

Coliflor amb patates
Peix fresc amb edamames
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

27

DIJOUS GRAS
Crema de verdures
Botifarres esparracades (amb botifarra d'ou) amb mongetes seques
Fruita (taronja, pruna, papaia, pera i kiwi) **PA INTEGRAL**

28

MENÚ CARNAVAL
Arròs integral amb tomàquet
Pollastre arrebossat amb enciam i olives
Natilles "La Fageda" (3,7)
PA INTEGRAL

Kcal = 768,03
Líp = 28,58 g
AG sat = 5,46 g
Hdc = 79,92 g
Prot = 33,98 g
Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE CARN

FEBRER 2025



Alimentació Equilibrada i Activa

Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
03 Arròs a la napolitana Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	04 Crema de verdura directa de l'hort (12) Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro (4,12) logurt natural ecològic (7)	05 Pèsols a l'allet Trita de patates amb enciam i olives (3,12) Fruita del temps	06 Bròquil amb patata (12) Peix al forn amb enciam (4,12) Fruita del temps	07 Brou de peix amb fideus (1,2,4,14) Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps
10 Crema de pastanaga (12) Espirals a la bolonyesa de soja (1,6,8,11) Fruita del temps	11 Arròs a la cassola Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa (3,7,12) Fruita del temps	12 Llenties estofades amb carbassa Hamburguesa vegetal amb enciam i pastanaga (1,6,12) Fruita del temps	13 Escudella vegetal (fideus, cigrons, col i pastanaga) (1,9) Peix fresc amb enciam olives negres (4,12) Fruita del temps	14 Patates amb espinacs (12) Trita francesa amb enciam (3,12) logurt natural ecològic (7)
17 Arròs amb verdures i salsa de soja (1,6) Croquetes vegetals amb enciam i col lombarda (1,2,3,4,6,7,9,10,14) Fruita del temps	18 Crema de carxofes (12) Peix al forn amb enciam (4,12) logurt natural ecològic (7)	19 Verdura directa de l'hort amb patata (12) Llenties amb arròs Fruita del temps	20 Mongetes estofades Trita de calçots amb enciam i blat de moro (3,12) Fruita del temps	21 Macarrons amb oli i orenga (1) Lluç a l'allet amb guarnició d'humus (4,11) Fruita del temps
24 Pèsols amb patata (12) Trita de formatge amb enciam i pastanaga (3,7,12) Fruita del temps	25 Brou vegetal amb pistons (1,9) Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps	26 Coliflor amb patata (12) Peix fresc amb edamames (4,6) Fruita del temps	27 DIJOUS GRAS Crema de verdures (12) Trita francesa amb mongetes seques (3) Fruita del temps	28 MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Peix arrebossat amb enciam i olives (1,3,4,12) Natilles "La Fageda" (3,7)

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE FRUITS SECS

FEBRER 2025

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
03 Arròs a la napolitana Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	04 Crema de verdura directa de l'hort (12) Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro (4,12) Iogurt natural ecològic (7)	05 Pèsols a l'allet amb pernil Trita de patates amb enciam i olives (3,12) Fruita del temps	06 Bròquil amb patata (12) Estofat de gall dindi Fruita del temps	07 Brou de peix amb fideus (1,2,4,14) Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps	Kcal = 712,01 Líp = 24,74 g AG sat = 4,76 g Hdc = 74,25 g Prot = 32,79 g Fibra = 12,07 g
10 Crema de pastanaga (12) Espirals a la bolonyesa de carn (1,12) Fruita del temps	11 Arròs a la cassola Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa (3,7,12) Fruita del temps	12 Llenties estofades amb carbassa Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga (12) Fruita del temps	13 Escudella (fideus, cigrons, col i pastanaga) (1,9) Peix fresc amb enciam olives negres (4,12) Fruita del temps	14 Patates amb espinacs (12) Fricandó de vedella a la jardineria (1) Iogurt natural ecològic (7)	Kcal = 703,41 Líp = 23,28 g AG sat = 4,40 g Hdc = 76,24 g Prot = 32,87 g Fibra = 12,63 g
17 Arròs amb verdures i salsa de soja (1,6) Pollastre amb enciam i col lombarda (12) Fruita del temps	18 Crema de carxofes (12) Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba Iogurt natural ecològic (7)	19 Verdura directa de l'hort amb patata (12) Llenties amb arròs Fruita del temps	20 Mongetes estofades Trita de calçots amb enciam i blat de moro (3,12) Fruita del temps	21 Macarrons carbonara (1,7) Lluç a l'allet amb guarnició d'humus (4,11) Fruita del temps	Kcal = 751,12 Líp = 28,00 g AG sat = 5,32 g Hdc = 82,92 g Prot = 28,20 g Fibra = 12,81 g
24 Pèsols amb patata (12) Trita de formatge amb enciam i pastanaga (3,7,12) Fruita del temps	25 Brou d'au amb pistons (1,9) Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps	26 Coliflor amb patata (12) Peix fresc amb edamames (4,6) Fruita del temps	27 DIJOUS GRAS Crema de verdures (12) Botifarres esparracades (amb botifarra d'ou) amb mongetes seques (3,7,12) Fruita del temps	28 MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Pollastre arrebossat amb enciam i olives (1,3,12) Natilles "La Fageda" (3,7)	Kcal = 768,03 Líp = 28,58 g AG sat = 5,46 g Hdc = 79,92 g Prot = 33,98 g Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE GLUTEN

FEBRER 2025



Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

Arròs napolitana
Llenties estofades amb verdures
Fruita del temps

04

Crema de verdura directa de l'hort
Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro
logurt natural ecològic (7)

05

Pèsols a l'allet amb pernil
Trita de patates amb enciam i olives
Fruita del temps

06

Bròquil amb patata
Estofat de gall dindi
Fruita del temps

07

Brou de peix amb pasta sense gluten
Cigrons saltats pastanaga i all i julivert
Fruita del temps

Kcal = 712,01
Líp = 24,74 g
AG sat = 4,76 g
Hdc = 74,25 g
Prot = 32,79 g
Fibra = 12,07 g

10

Crema de pastanaga
Espirals sense gluten a la bolonyesa de carn
Fruita del temps

11

Arròs a la cassola
Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa
Fruita del temps

12

Llenties estofades amb carbassa
Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

13

Escudella (pasta sense gluten, cigrons, col i pastanaga)
Peix fresc amb enciam olives negres
Fruita del temps

14

Patates amb espinacs
Fricandó de vedella a la jardineria (sense gluten)
logurt natural ecològic (7)

Kcal = 703,41
Líp = 23,28 g
AG sat = 4,40 g
Hdc = 76,24 g
Prot = 32,87 g
Fibra = 12,63 g

17

Arròs amb verdures
Pollastre amb enciam i col lombarda
Fruita del temps

18

Crema de carxofes
Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba
logurt natural ecològic (7)

19

Verdura directa de l'hort amb patata
Llenties amb arròs
Fruita del temps

20

Mongetes estofades
Trita de calçots amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

21

Macarrons sense gluten carbonara
Lluç a l'allet amb guarnició d'humus
Fruita del temps

Kcal = 751,12
Líp = 28,00 g
AG sat = 5,32 g
Hdc = 82,92 g
Prot = 28,20 g
Fibra = 12,81 g

24

Pèsols amb patata
Trita de formatge amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

25

Brou d'au amb pasta sense gluten
Cigrons amb sofregit de verdures
Fruita del temps

26

Coliflor amb patata
Peix fresc amb edamames
Fruita del temps

27

DIJOUS GRAS
Crema de verdures
Botifarres esparracades (amb botifarra d'ou) amb mongetes seques
Fruita del temps

28

MENÚ CARNAVAL
Arròs amb tomàquet
Pollastre amb enciam i olives
Natilles "La Fageda"

Kcal = 768,03
Líp = 28,58 g
AG sat = 5,46 g
Hdc = 79,92 g
Prot = 33,98 g
Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE AVELLANA, NOU, FESTUC, ANACARDS I KIWI

FEBRER 2025



Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
03 Arròs a la napolitana Llenties estofades amb verdures Fruita del temps (sense kiwi)	04 Crema de verdura directa de l'hort (12) Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro (4,12) Iogurt natural ecològic (7)	05 Pèsols a l'allet amb pernil Trita de patates amb enciam i olives (3,12) Fruita del temps (sense kiwi)	06 Bròquil amb patata (12) Estofat de gall dindi Fruita del temps (sense kiwi)	07 Brou de peix amb fideus (1,2,4,14) Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps (sense kiwi)
10 Crema de pastanaga (12) Espirals a la bolonyesa de carn (1,12) Fruita del temps (sense kiwi)	11 Arròs a la cassola Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa (3,7,12) Fruita del temps (sense kiwi)	12 Llenties estofades amb carbassa Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga (12) Fruita del temps (sense kiwi)	13 Escudella (fideus, cigrons, col i pastanaga) (1,9) Peix fresc amb enciam olives negres (4,12) Fruita del temps (sense kiwi)	14 Patates amb espinacs (12) Fricandó de vedella a la jardineria (1) Iogurt natural ecològic (7)
17 Arròs amb verdures i salsa de soja (1,6) Pollastre amb enciam i col lombarda (12) Fruita del temps (sense kiwi)	18 Crema de carxofes (12) Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba Iogurt natural ecològic (7)	19 Verdura directa de l'hort amb patata (12) Llenties amb arròs Fruita del temps (sense kiwi)	20 Mongetes estofades Trita de calçots amb enciam i blat de moro (3,12) Fruita del temps (sense kiwi)	21 Macarrons carbonara (1,7) Lluç a l'allet amb guarnició d'humus (4,11) Fruita del temps (sense kiwi)
24 Pèsols amb patata (12) Trita de formatge amb enciam i pastanaga (3,7,12) Fruita del temps (sense kiwi)	25 Brou d'au amb pistons (1,9) Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps (sense kiwi)	26 Coliflor amb patata (12) Peix fresc amb edamames (4,6) Fruita del temps (sense kiwi)	27 DIJOUS GRAS Crema de verdures (12) Botifarres esparracades (amb botifarra d'ou) amb mongetes seques (3,7,12) Fruita del temps (sense kiwi)	28 MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Pollastre arrebossat amb enciam i olives (1,3,12) Natilles "La Fageda" (3,7)

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE LACTOSA

FEBRER 2025

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
03 Arròs a la napolitana Lenties estofades amb verdures Fruita del temps	04 Crema de verdura directa de l'hort Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro logurt sense lactosa	05 Pèsols a l'allet amb pernil Trita de patates amb enciam i olives Fruita del temps	06 Bròquil amb patata Estofat de gall dindi Fruita del temps	07 Brou de peix amb fideus Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps	Kcal = 712,01 Líp = 24,74 g AG sat = 4,76 g Hdc = 74,25 g Prot = 32,79 g Fibra = 12,07 g
10 Crema de pastanaga Espirals a la bolonyesa de soja Fruita del temps	11 Arròs a la cassola Ous amb tomàquet amb enciam i remolatxa Fruita del temps	12 Lenties estofades amb carbassa Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita del temps	13 Escudella (fideus, cigrons, col i pastanaga) Peix fresc amb enciam olives negres Fruita del temps	14 Patates amb espinacs Fricandó de vedella a la jardineria logurt sense lactosa	Kcal = 703,41 Líp = 23,28 g AG sat = 4,40 g Hdc = 76,24 g Prot = 32,87 g Fibra = 12,63 g
17 Arròs amb verdures i salsa de soja Pollastre amb enciam i col lombarda Fruita del temps	18 Crema de carxofes Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba logurt sense lactosa	19 Verdura directa de l'hort amb patata Lenties amb arròs Fruita del temps	20 Mongetes estofades Trita de calçots amb enciam i blat de moro Fruita del temps	21 Macarrons amb oli i orenga Lluç a l'allet amb guarnició d'humus Fruita del temps	Kcal = 751,12 Líp = 28,00 g AG sat = 5,32 g Hdc = 82,92 g Prot = 28,20 g Fibra = 12,81 g
24 Pèsols amb patata Trita francesa amb enciam i pastanaga Fruita del temps	25 Brou d'au amb pistons Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps	26 Coliflor amb patata Peix fresc amb edamames Fruita del temps	27 DIJOUS GRAS Crema de verdures Botifarres esparracades amb mongetes seques Fruita del temps	28 MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Pollastre arrebossat amb enciam i olives Postra sense lactosa	Kcal = 768,03 Líp = 28,58 g AG sat = 5,46 g Hdc = 79,92 g Prot = 33,98 g Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE MARISC

FEBRER 2025



Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

Arròs a la napolitana

Llenties estofades amb verdures

Fruita del temps

04

Crema de verdura directa de l'hort

Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro

logurt natural ecològic (7)

05

Pèsols a l'allet amb pernil

Truita de patates amb enciam i olives

Fruita del temps

06

Bròquil amb patata

Estofat de gall dindi

Fruita del temps

07

Brou vegetal amb fideus

Cigrons saltats pastanaga i all i julivert

Fruita del temps

Kcal = 712,01
Líp = 24,74 g
AG sat = 4,76 g
Hdc = 74,25 g
Prot = 32,79 g
Fibra = 12,07 g

10

Crema de pastanaga

Espirals a la bolonyesa de soja

Fruita del temps

11

Arròs a la cassola

Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

12

Llenties estofades amb carbassa

Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

13

Escudella (fideus, cigrons, col i pastanaga)

Peix fresc amb enciam olives negres

Fruita del temps

14

Patates amb espinacs

Fricandó de vedella a la jardineria

logurt natural ecològic (7)

Kcal = 703,41
Líp = 23,28 g
AG sat = 4,40 g
Hdc = 76,24 g
Prot = 32,87 g
Fibra = 12,63 g

17

Arròs amb verdures i salsa de soja

Pollastre amb enciam i col lombarda

Fruita del temps

18

Crema de carxofes

Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba

logurt natural ecològic (7)

19

Verdura directa de l'hort amb patata

Llenties amb arròs

Fruita del temps

20

Mongetes estofades

Truita de calçots amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

21

Macarrons carbonara

Lluç a l'allet amb guarnició d'humus

Fruita del temps

Kcal = 751,12
Líp = 28,00 g
AG sat = 5,32 g
Hdc = 82,92 g
Prot = 28,20 g
Fibra = 12,81 g

24

Pèsols amb patata

Truita de formatge amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

25

Brou d'au amb pistons

Cigrons amb sofregit de verdures

Fruita del temps

26

Coliflor amb patates

Peix fresc amb edamames

Fruita del temps

27

DIJOUS GRAS

Crema de verdures

Botifarres esparracades (amb botifarra d'ou) amb mongetes seques

Fruita del temps

28

MENÚ CARNAVAL

Arròs amb tomàquet

Pollastre arrebossat amb enciam i olives

Natilles "La Fageda" (3,7)

Kcal = 768,03
Líp = 28,58 g
AG sat = 5,46 g
Hdc = 79,92 g
Prot = 33,98 g
Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ous. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE OU NI FRUITS SECS

FEBRER 2025

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
03 Arròs a la napolitana Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	04 Crema de verdura directa de l'hort Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro logurt natural ecològic (7)	05 Pèsols a l'allet amb pernil Truita de farina de cigró de patates amb enciam i olives Fruita del temps	06 Bròquil amb patata Estofat de gall dindi Fruita del temps	07 Brou de peix amb fideus Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps	Kcal = 712,01 Líp = 24,74 g AG sat = 4,76 g Hdc = 74,25 g Prot = 32,79 g Fibra = 12,07 g
10 Crema de pastanaga Espirals a la bolonyesa de carn Fruita del temps	11 Arròs a la cassola Truita de farina de cigró amb enciam i remolatxa Fruita del temps	12 Llenties estofades amb carbassa Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita del temps	13 Escudella (fideus, cigrons, col i pastanaga) Peix fresc amb enciam olives negres Fruita del temps	14 Patates amb espinacs Fricandó de vedella a la jardineria logurt natural ecològic (7)	
17 Arròs amb verdures i salsa de soja Pollastre amb enciam i col lombarda Fruita del temps	18 Crema de carxofes Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba logurt natural ecològic (7)	19 Verdura directa de l'hort amb patata Llenties amb arròs Fruita del temps	20 Mongetes estofades Truita de farina de cigró de calçots amb enciam i blat de moro Fruita del temps	21 Macarrons carbonara (sense ou) Lluç a l'allet amb guarnició d'humus Fruita del temps	
24 Pèsols amb patata Truita de farina de cigró de formatge amb enciam i pastanaga Fruita del temps	25 Brou d'au amb pistons Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps	26 Coliflor amb patata Peix fresc amb edamames Fruita del temps	27 DIJOUS GRAS Crema de verdures Botifarres esparracades (sense botifarra d'ou) amb mongetes seques Fruita del temps	28 MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Pollastre amb enciam i olives Postra sense ou (7)	

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE OU

FEBRER 2025



Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

Arròs a la napolitana

Llenties estofades amb verdures

Fruita del temps

04

Crema de verdura directa de l'hort

Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro

logurt natural ecològic (7)

05

Pèsols a l'allet amb pernil

Truita de farina de cigró de patates amb enciam i olives

Fruita del temps

06

Bròquil amb patata

Estofat de gall dindi

Fruita del temps

07

Brou de peix amb fideus

Cigrons saltats pastanaga i all i julivert

Fruita del temps

Kcal = 712,01
Líp = 24,74 g
AG sat = 4,76 g
Hdc = 74,25 g
Prot = 32,79 g
Fibra = 12,07 g

10

Crema de pastanaga

Espirals a la bolonyesa de soja

Fruita del temps

11

Arròs a la cassola

Truita de farina de cigró amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

12

Llenties estofades amb carbassa

Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

13

Escudella (fideus, cigrons, col i pastanaga)

Peix fresc amb enciam olives negres

Fruita del temps

14

Patates amb espinacs

Fricandó de vedella a la jardineria

logurt natural ecològic (7)

Kcal = 703,41
Líp = 23,28 g
AG sat = 4,40 g
Hdc = 76,24 g
Prot = 32,87 g
Fibra = 12,63 g

17

Arròs amb verdures i salsa de soja

Pollastre amb enciam i col lombarda

Fruita del temps

18

Crema de carxofes

Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba

logurt natural ecològic (7)

19

Verdura directa de l'hort amb patata

Llenties amb arròs

Fruita del temps

20

Mongetes estofades

Truita de farina de cigró de calçots amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

21

Macarrons carbonara (sense ou)

Lluç a l'allet amb guarnició d'humus

Fruita del temps

Kcal = 751,12
Líp = 28,00 g
AG sat = 5,32 g
Hdc = 82,92 g
Prot = 28,20 g
Fibra = 12,81 g

24

Pèsols amb patata

Truita de farina de cigró de formatge amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

25

Brou d'au amb pistons

Cigrons amb sofregit de verdures

Fruita del temps

26

Coliflor amb patata

Peix fresc amb edamames

Fruita del temps

27

DIJOUS GRAS

Crema de verdures

Botifarres esparracades (sense botifarra d'ou) amb mongetes seques

Fruita del temps

28

MENÚ CARNAVAL

Arròs amb tomàquet

Pollastre amb enciam i olives

Postra sense ou (7)

Kcal = 768,03
Líp = 28,58 g
AG sat = 5,46 g
Hdc = 79,92 g
Prot = 33,98 g
Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE PANGA, PERCA, TILAPIA, BLAT NI DERIVATS

FEBRER 2025

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
03 Arròs a la napolitana Llenties estofades amb verdures Fruita del temps NO PA	04 Crema de verdura directa de l'hort (12) Bacallà amb llimona amb enciam (4,12) logurt natural ecològic (7) NO PA	05 Pèsols a l'allet amb pernil Trita de patates amb enciam i olives (3,12) Fruita del temps NO PA	06 Bròquil amb patata (12) Estofat de gall dindi Fruita del temps NO PA	07 Brou de peix amb arròs (2,4,14) Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps NO PA	Kcal = 712,01 Líp = 24,74 g AG sat = 4,76 g Hdc = 74,25 g Prot = 32,79 g Fibra = 12,07 g
10 Crema de pastanaga (12) Arròs a la bolonyesa de carn (12) Fruita del temps NO PA	11 Arròs a la cassola Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa (3,7,12) Fruita del temps NO PA	12 Llenties estofades amb carbassa Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga (12) Fruita del temps NO PA	13 Escudella (arròs, cigrons, col i pastanaga) (9) Peix fresc amb enciam olives negres (4,12) Fruita del temps NO PA	14 Patates amb espinacs (12) Fricandó de vedella a la jardineria (apta, sense blat) logurt natural ecològic (7) NO PA	Kcal = 703,41 Líp = 23,28 g AG sat = 4,40 g Hdc = 76,24 g Prot = 32,87 g Fibra = 12,63 g
17 Arròs amb verdures Pollastre amb enciam i col lombarda (12) Fruita del temps NO PA	18 Crema de carxofes (12) Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba logurt natural ecològic (7) NO PA	19 Verdura directa de l'hort amb patata (12) Llenties amb arròs Fruita del temps NO PA	20 Mongetes estofades Trita de calçots amb enciam i blat de moro (3,12) Fruita del temps NO PA	21 Arròs carbonara (7) Lluç a l'allet amb guarnició d'humus (4,11) Fruita del temps NO PA	Kcal = 751,12 Líp = 28,00 g AG sat = 5,32 g Hdc = 82,92 g Prot = 28,20 g Fibra = 12,81 g
24 Pèsols amb patata (12) Trita de formatge amb enciam i pastanaga (3,7,12) Fruita del temps NO PA	25 Brou d'au amb arròs (9) Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps NO PA	26 Coliflor amb patates (12) Peix fresc amb edamames (4,6) Fruita del temps NO PA	27 DIJOUS GRAS Crema de verdures (12) Botifarres esparracades (amb botifarra d'ou) amb mongetes seques (3,7,12) Fruita del temps NO PA	28 MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Pollastre arrebossat (apta, sense blat) amb enciam i olives (3,12) Natilles "La Fageda" (3,7) NO PA	Kcal = 768,03 Líp = 28,58 g AG sat = 5,46 g Hdc = 79,92 g Prot = 33,98 g Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE PEIX

FEBRER 2025



Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

Arròs a la napolitana

Llenties estofades amb verdures

Fruita del temps

04

Crema de verdura directa de l'hort
(12)
Pollastre amb enciam i blat de moro
(12)
logurt natural ecològic (7)

05

Pèsols a l'allet amb pernil
Truita de patates amb enciam i olives
(3,12)
Fruita del temps

06

Bròquil amb patata
(12)
Estofat de gall dindi
Fruita del temps

07

Brou vegetal amb fideus
(1,9)
Cigrons saltats pastanaga i all i julivert
Fruita del temps

Kcal = 712,01
Líp = 24,74 g
AG sat = 4,76 g
Hdc = 74,25 g
Prot = 32,79 g
Fibra = 12,07 g

10

Crema de pastanaga
(12)
Espirals a la bolonyesa de soja
(1,6,8,11)
Fruita del temps

11

Arròs a la cassola
Ous gratinats amb tomàquet amb
enciam i remolatxa
(3,7,12)
Fruita del temps

12

Llenties estofades amb carbassa
Contracuixa de pollastre al forn amb
enciam i pastanaga
(12)
Fruita del temps

13

Escudella (fideus, cigrons, col i
pastanaga)
(1,9)
Truita de formatge amb enciam olives
negres
(3,7,12)
Fruita del temps

14

Patates amb espinacs
(12)
Fricandó de vedella a la jardineria
(1)
logurt natural ecològic (7)

Kcal = 703,41
Líp = 23,28 g
AG sat = 4,40 g
Hdc = 76,24 g
Prot = 32,87 g
Fibra = 12,63 g

17

Arròs amb verdures i salsa de soja
(1,6)
Pollastre amb enciam i col lombarda
(12)
Fruita del temps

18

Crema de carxofes
(12)
Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba
logurt natural ecològic (7)

19

Verdura directa de l'hort amb patata
(12)
Llenties amb arròs
Fruita del temps

20

Mongetes estofades
Truita de calçots amb enciam i blat de
moro
(3,12)
Fruita del temps

21

Macarrons carbonara
(1,7)
Pollastre amb guarnició d'humus
(11)
Fruita del temps

Kcal = 751,12
Líp = 28,00 g
AG sat = 5,32 g
Hdc = 82,92 g
Prot = 28,20 g
Fibra = 12,81 g

24

Pèsols amb patata
(12)
Truita de formatge amb enciam i
pastanaga
(3,7,12)
Fruita del temps

25

Brou d'au amb pistons
(1,9)
Cigrons amb sofregit de verdures
Fruita del temps

26

Coliflor amb patata
(12)
Truita francesa amb edamames
(3,6)
Fruita del temps

27

DIJOUS GRAS
Crema de verdures
(12)
Botifarres esparracades (amb botifarra
d'ou) amb mongetes seques
(3,7,12)
Fruita del temps

28

MENÚ CARNAVAL
Arròs amb tomàquet
Pollastre arrebossat amb enciam i
olives
(1,3,12)
Natilles "La Fageda" (3,7)

Kcal = 768,03
Líp = 28,58 g
AG sat = 5,46 g
Hdc = 79,92 g
Prot = 33,98 g
Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE PLV

FEBRER 2025

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES		Informació nutricional mitja de la setmana	
03	Arròs a la napolitana Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	04	Crema de verdura directa de l'hort (12) Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro (4,12) logurt de soja (6)	05	Pèsols a l'allet amb pernil Trita de patates amb enciam i olives (3,12) Fruita del temps	06	Bròquil amb patata (12) Estofat de gall dindi Fruita del temps	07	Brou de peix amb fideus (1,2,4,14) Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps	Kcal = 712,01 Líp = 24,74 g AG sat = 4,76 g Hdc = 74,25 g Prot = 32,79 g Fibra = 12,07 g	
10	Crema de pastanaga (12) Espirals a la bolonyesa de soja (1,6,8,11) Fruita del temps	11	Arròs a la cassola Ous amb tomàquet amb enciam i remolatxa (3,12) Fruita del temps	12	Llenties estofades amb carbassa Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga (12) Fruita del temps	13	Escudella d'au (fideus, cigrons, col i pastanaga) (1,9) Peix fresc amb enciam olives negres (4,12) Fruita del temps	14	Patates amb espinacs (12) Gall dindi amb enciam (12) logurt de soja (6)	Kcal = 703,41 Líp = 23,28 g AG sat = 4,40 g Hdc = 76,24 g Prot = 32,87 g Fibra = 12,63 g	
17	Arròs amb verdures i salsa de soja (1,6) Pollastre amb enciam i col lombarda (12) Fruita del temps	18	Crema de carxofes (12) Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba logurt de soja (6)	19	Verdura directa de l'hort amb patata (12) Llenties amb arròs Fruita del temps	20	Mongetes estofades Trita de calçots amb enciam i blat de moro (3,12) Fruita del temps	21	Macarrons amb oli i orenga (1) Lluç a l'allet amb guarnició d'humus (4,11) Fruita del temps	Kcal = 751,12 Líp = 28,00 g AG sat = 5,32 g Hdc = 82,92 g Prot = 28,20 g Fibra = 12,81 g	
24	Pèsols amb patata (12) Trita francesa amb enciam i pastanaga (3,12) Fruita del temps	25	Brou d'au amb pistons (1,9) Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps	26	Coliflor amb patata (12) Peix fresc amb edamames (4,6) Fruita del temps	27	DIJOUS GRAS Crema de verdures (12) Botifarres esparracades amb mongetes seques (12) Fruita del temps	28	MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Pollastre arrebossat amb enciam i olives (1,3,12) logurt de soja (6)	Kcal = 768,03 Líp = 28,58 g AG sat = 5,46 g Hdc = 79,92 g Prot = 33,98 g Fibra = 13,06 g	

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ SENSE PORC

FEBRER 2025

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
03		04		05		06		07	
Arròs a la napolitana		Crema de verdura directa de l'hort (12)		Pèsols a l'allet		Bròquil amb patata (12)		Brou de peix amb fideus (1,2,4,14)	
Llenties estofades amb verdures		Bacallà amb llimona amb enciam i blat de moro (4,12)		Trita de patates amb enciam i olives (3,12)		Estofat de gall dindi		Cigrons saltats pastanaga i all i julivert	
Fruita del temps		logurt natural ecològic (7)		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps	
10		11		12		13		14	
Crema de pastanaga (12)		Arròs a la cassola		Llenties estofades amb carbassa		Escudella d'au (fideus, cigrons, col i pastanaga) (1,9)		Patates amb espinacs (12)	
Espirals a la bolonyesa de soja (1,6,8,11)		Ous gratinats amb tomàquet amb enciam i remolatxa (3,7,12)		Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga (12)		Peix fresc amb enciam olives negres (4,12)		Fricandó de vedella a la jardineria (1)	
Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		logurt natural ecològic (7)	
17		18		19		20		21	
Arròs amb verdures i salsa de soja (1,6)		Crema de carxofes (12)		Verdura directa de l'hort amb patata (12)		Mongetes estofades		Macarrons amb oli i orenga (1)	
Croquetes vegetals amb enciam i col lombarda (1,2,3,4,6,7,9,10,14)		Gall dindi rostit amb tomàquet i ceba		Llenties amb arròs		Trita de calçots amb enciam i blat de moro (3,12)		Lluç a l'allet amb guarnició d'humus (4,11)	
Fruita del temps		logurt natural ecològic (7)		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps	
24		25		26		27		28	
Pèsols amb patata (12)		Brou d'au amb pistons (1,9)		Coliflor amb patata (12)		DIJOUS GRAS Crema de verdures (12)		MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet	
Trita de formatge amb enciam i pastanaga (3,7,12)		Cigrons amb sofregit de verdures		Peix fresc amb edamames (4,6)		Botifarra de pollastre esparracada (sense botifarra d'ou) amb mongetes seques (12)		Pollastre arrebossat amb enciam i olives (1,3,12)	
Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		Natilles "La Fageda" (3,7)	

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ OVOVEGETARIÀ

FEBRER 2025

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
03 Arròs a la napolitana Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	04 Crema de verdura directa de l'hort (12) Tofu amb llimona amb enciam i blat de moro (6,12) Iogurt de soja (6)	05 Pèsols a l'allet Trita de patates amb enciam i olives (3,12) Fruita del temps	06 Bròquil amb patata (12) Crep amb hummus de cigrò amb enciam (1,11,12) Fruita del temps	07 Brou vegetal amb fideus (1,9) Cigrons saltats pastanaga i all i julivert Fruita del temps
10 Crema de pastanaga (12) Espirals a la bolonyesa de soja (1,6,8,11) Fruita del temps	11 Arròs a la cassola Ous amb tomàquet amb enciam i remolatxa (3,12) Fruita del temps	12 Llenties estofades amb carbassa Hamburguesa vegetal amb enciam i pastanaga (1,6,12) Fruita del temps	13 Escudella vegetal (fideus, cigrons, col i pastanaga) (1,9) Tofu adobat amb enciam olives negres (6,12) Fruita del temps	14 Patates amb espinacs (12) Trita francesa amb enciam (3,12) Iogurt de soja (6)
17 Arròs amb verdures i salsa de soja (1,6) Hamburguesa vegetal amb enciam i col lombarda (1,6,12) Fruita del temps	18 Crema de carxofes (12) Seità amb enciam (1,6,12) Iogurt de soja (6)	19 Verdura directa de l'hort amb patata (12) Llenties amb arròs Fruita del temps	20 Mongetes estofades Trita de calçots amb enciam i blat de moro (3,12) Fruita del temps	21 Macarrons amb oli i orenga (1) Tofu a l'allet amb guarnició d'hummus (6,11) Fruita del temps
24 Pèsols amb patata (12) Trita francesa amb enciam i pastanaga (3,12) Fruita del temps	25 Brou vegetal amb pistons (1,9) Cigrons amb sofregit de verdures Fruita del temps	26 Coliflor amb patata (12) Seità amb edamames (1,6) Fruita del temps	27 DIJOUS GRAS Crema de verdures (12) Trita francesa amb mongetes seques (3) Fruita del temps	28 MENÚ CARNAVAL Arròs amb tomàquet Tofu arrebossat amb enciam i olives (1,6,12) Iogurt de soja (6)

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ VEGÀ

FEBRER 2025



Número de col·legiades: CAT000276 / CAT001118

Informació nutricional
mitja de la setmana

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

Arròs a la napolitana

Lenties estofades amb verdures

Fruita del temps

04

Crema de verdura directa de l'hort

Tofu amb llimona amb enciam i blat de

moro

logurt de soja (6)

05

Pèsols a l'allet

Truita de farina de cigró de patates
amb enciam i olives

Fruita del temps

06

Bròquil amb patata

Crep amb hummus de cigró amb

enciam

Fruita del temps

07

Brou vegetal amb fideus

Cigrons saltats pastanaga i all i julivert

Fruita del temps

Kcal = 712,01
Líp = 24,74 g
AG sat = 4,76 g
Hdc = 74,25 g
Prot = 32,79 g
Fibra = 12,07 g

10

Crema de pastanaga

Espirals a la bolonyesa de soja

Fruita del temps

11

Arròs a la cassola

Truita de farina de cigró amb enciam i

remolatxa

Fruita del temps

12

Lenties estofades amb carbassa

Hamburguesa vegetal amb enciam i

pastanaga

Fruita del temps

13

Escudella vegetal (fideus, cigrons,

col i pastanaga)

Tofu adobat amb enciam olives

negres

Fruita del temps

14

Patates amb espinacs

Cigrons amb arròs

logurt de soja (6)

Kcal = 703,41
Líp = 23,28 g
AG sat = 4,40 g
Hdc = 76,24 g
Prot = 32,87 g
Fibra = 12,63 g

17

Arròs amb verdures i salsa de soja

Hamburguesa vegetal amb enciam i

col lombarda

Fruita del temps

18

Crema de carxofes

Seità amb enciam

logurt de soja (6)

19

Verdura directa de l'hort amb patata

Lenties amb arròs

Fruita del temps

20

Mongetes estofades

Truita de farina de cigró de calçots

amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

21

Macarrons amb oli i orenga

Tofu a l'allet amb guarnició d'hummus

Fruita del temps

Kcal = 751,12
Líp = 28,00 g
AG sat = 5,32 g
Hdc = 82,92 g
Prot = 28,20 g
Fibra = 12,81 g

24

Pèsols amb patata

Truita de farina de cigró amb enciam i

pastanaga

Fruita del temps

25

Brou vegetal amb pistons

Cigrons amb sofregit de verdures

Fruita del temps

26

Coliflor amb patata

Seità amb edamames

Fruita del temps

27

DIJOUS GRAS

Crema de verdures

Mongetes seques amb cus cus

Fruita del temps

28

MENÚ CARNAVAL

Arròs amb tomàquet

Tofu arrebossat amb enciam i olives

logurt de soja (6)

Kcal = 768,03
Líp = 28,58 g
AG sat = 5,46 g
Hdc = 79,92 g
Prot = 33,98 g
Fibra = 13,06 g

El pa integral és ideal per acompanyar els nostres plats.

La pasta, els llegums i l'arròs és ecològic.

Les verdures, fruites i hortalisses són ecològiques, de temporada, locals i/o de proximitat.

La fruita fresca que no falti!

Aquest mes: plàtan, taronja, pera, mandarina i poma.

Els arrebossats es fan al forn

Les noves guies d'alimentació saludable augmenten la presència de llegums en el menú escolar pel seu gran valor nutricional com proteïna i fibra i per ser un aliment molt més sostenible que la proteïna animal.

AL·LÈRGENS:

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
(2) Crustàcis i productes a base de crustàcis. (3) Ous i productes a base d'ou. (4) Peix i productes a base de peix.
(5) Cacauets i productes a base de cacauets. (6) Soja i productes a base de soja. (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
(8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats.
(9) Api i productes derivats. (10) Mostassa i productes derivats. (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
(12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO₂.
(13) Tramussos i productes a base de tramussos. (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



MENÚ

FEBRER 2025



DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
03	Patates farcides de pistó	04	Arròs amb xampinyons i daus de gall dindi especiats amb farigola i romaní	05	Espirals al pesto	06	Llenties saltades amb hortalisses	07	Crema de remolatxa amb crostons
	Bistec a la planxa amb amanida		Hummus de mongeta blanca i pastanaga amb cruditès		Suquet de rap amb gambetes		Truita de pernil i formatge amb amanida		
	iogurt natural		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		
10	Arròs pilaf	11	Llegums saltats amb carbassó, pastanaga i tonyina amb vinagreta	12	Crema de carbassó	13	Mongetes blanques amb all i julivert	14	Pasta amb olivada
	Llom adobat amb amanida		Remenat d'ou amb espàrrecs i alls tendres amb amanida		Cuixa de pollastre al forn amb xampinyons		Llagostins en tempura amb amanida		
	Fruita del temps		iogurt cremós		Fruita del temps		Fruita del temps		
17	Pèsols amb patates	18	Llacets amb xampinyons	19	Arròs a la cassola amb verduretes i costella	20	Puré de verdures	21	Amanida verda
	Daus de gall dindi amb amanida		Orada a la papillota amb verduretes		Tortitas de farina de cigró amb guacamole i "pico de gallo"		Quiche al gust		
	iogurt begut		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		
24	Wok de quinoa amb albergínia, pastanaga, carbassó i pollastre marinat	25	Crema de pèsols amb xips de iuca	26	Arròs al vapor i verduretes	27	Minestra de verdures	28	Amanida variada
	Fruita del temps		Salmó a la taronja		Carn de porc amb salsa		Falafel de cigrons casolans		Torrada amb escalivada i ou a la planxa
			iogurt natural		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps