



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO GLUTEN

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons a la Riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus S/G Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta S/G amb amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis S/G amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre al forn Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus S/G a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO PORC

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de pollastre Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Plàtan		Crema de pastanaga Mandonguilles d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou vegetal amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb salsa de xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Paella marinera (sofregit, musclos, calamar, gamba, almeja) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Cordon blue de gall d'indi i formatge Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Hamburguesa de verdures amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentís guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Croquetes de bacallà Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO CARN

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Calamars a la romana Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Plàtan		Crema de pastanaga Mandonguilles de lluç amb salsa i xampinyons Kiwi		Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou vegetal amb fideus Truita de patata i ceba Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Filet de lluç arrebossat Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb salsa de xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llenties amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Truita francesa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Filet de gallineta al forn amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdurettes, espinacs i patates) Hamburguesa vegetal Enciam i tomàquet Poma		Paella marinera (sofregit, musclos, calamar, gamba, almeja) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Filet de lluç arrebossat Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Truita amb formatge Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verdurettes) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Lluç a la planxa Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Hamburguesa de verdures amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentís guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Croquetes de bacallà Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els **ALLERGENS** dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO PEIX

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Mandonguilles d'au amb salsa i xampinyons Kiwi		Cigrons a la Riojana (verduretes i xoriç) Truita francesa Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita francesa Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb salsa de xampinyons Llom a la planxa Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de brou amb fideus Vedella estofada amb mussets de patata Platan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomaquet Poma		Arròs amb verdures (sofregit de ceba, porro, carbassó, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Llibrets de gall dindi i formatge Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Llom a la planxa Pèsols i ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentís guisades amb arròs Truita francesa Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO OU

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta al forn Enciam, cogombre i pastanaga Plàtan		Crema de pastanaga Bistec d'au amb salsa i xampinyons Kiwi		Cigrons a la riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada llogurt natural		Sopa de brou amb fideus S/OU Bistec de pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Filet de lluç al forn Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta S/OU amb salsa de xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives llogurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Llom a la planxa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis S/OU amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga llogurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus S/OU a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Filet de lluç amb salsa de tomàquet Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro llogurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Llom a la planxa Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).
** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO GLUTEN, NO OU

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta al forn Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons a la Riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus S/G S/OU Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Filet de lluç al forn Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta S/G S/OU amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Llom a la planxa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis S/G S/OU amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre al forn Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus S/G S/OU a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Filet de lluç amb salsa de tomàquet Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Llom a la planxa Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO LACTOSA

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga S/L Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons amb verduretes Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural S/L		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural S/L		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural S/L	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/L Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural S/L		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO GLUTEN, NO LACTOSA

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga S/L Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons amb verduretes Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural S/L		Sopa de brou amb fideus S/G Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta S/G amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural S/L		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis S/G amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre al forn Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural S/L	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus S/G a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/L Cap de llom a la planxa amb samfaina Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural S/L		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).
** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO PLV (SI VEDELLA)

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga S/LL Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons amb verduretes Filet de lluç al forn Amanida variada Compota de fruita		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives Compota de fruita		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga Compota de fruita	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernillets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/LL Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro Compota de fruita		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els ALLERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO PLV (NO VEDELLA)

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga S/LL Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons amb verduretes Filet de lluç al forn Amanida variada Compota de fruita		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives Compota de fruita		Sopa de peix (cap de rap) Gall dindi estofat amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Llom a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga Compota de fruita	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernillets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/LL Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro Compota de fruita		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).
** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO FRUITS SECS

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Mandonguilles d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons a la Riojana (verdurettes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam i cogombre Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdurettes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verdurettes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil amb patates i ceba LLibrets de gall d'indi i formatge Enciam i pinya Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verdurettes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de lllom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO GLUTEN, PLV

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga S/LL Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons amb verduretes Filet de lluç al forn Amanida variada Compota de fruita		Sopa de brou amb fideus S/G Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta S/G amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives Compota de fruita		Sopa de peix (cap de rap) Gall dindi estofat amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Llom a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis S/G amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre al forn Enciam, tomàquet i pastanaga Compota de fruita	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus S/G a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/LL Cap de llom a la planxa amb samfaina Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro Compota de fruita		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO PLV (SI VEDELLA), OU

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta al forn Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga S/LL Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons amb verduretes Filet de lluç al forn Amanida variada Compota de fruita		Sopa de brou amb fideus S/OU Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Filet de lluç al forn Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons S/OU de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives Compota de fruita		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Llom a la planxa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis S/OU amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga Compota de fruita	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus S/OU a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Filet de lluç amb salsa de tomàquet Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/LL Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro Compota de fruita		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Llom a la planxa Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO VEDELLA, FRUITA

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Làctic		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Làctic		Crema de pastanaga Mandonguilles d'au amb salsa i bolets Làctic		Cigrons a la Riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Làctic	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Làctic		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Làctic		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Làctic		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Gall dindi estofat amb mossets de patata Làctic	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Llom a la planxa Enciam i tomàquet Làctic		Paella marinera (sofregit, musclos, calamar, gamba, almeja) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Làctic		Bròquil amb patates i ceba LLibrets de gall d'indi i formatge Enciam, pinya i pipes Làctic		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Làctic		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Làctic		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Làctic		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Làctic		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Croquetes de rostit Enciam, tomàquet i olives Làctic	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Làctic									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO FRUCTOSA

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Bròquil i patata al vapor Escalopa de porc (in situ) Enciam i tomàquet (màx. 50g) logurt natural sense sucre		Arròs amb oli i orenga Truita de carbassó (s/ceba) Enciam i cogombre (màx. 50g) logurt natural sense sucre		Crema d'espinacs Bistec d'au amb bolets logurt natural sense sucre		LLenties amb patata Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet (màx. 50g) logurt natural sense sucre		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam i olives negres logurt natural sense sucre	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb oli i orenga Truita de tonyina Enciam i olives negres logurt natural sense sucre		Puré de patata Escalopa de pollastre (in situ) Enciam i cogombre (màx. 50g) logurt natural sense sucre		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pebrot verd (màx.50g) logurt natural sense sucre		Llenties amb patata Llom a la planxa Enciam i olives negres logurt natural sense sucre		Sopa de peix (s/tomàquet) (cap de rap) Daus de vedella en el seu suc amb mossets de patata logurt natural sense sucre	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Llenties amb espinacs Vedella a la planxa Enciam i tomàquet (màx. 50g) logurt natural sense sucre		Arròs amb oli i orenga Truita francesa Enciam i tomàquet (màx. 50g) logurt natural sense sucre		Bròquil amb patata Llibrets de gall dindi i formatge (in situ) Enciam i cogombre (màx. 50g) logurt natural sense sucre		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb patata logurt natural sense sucre		Mongeta tendra (màx. 50g) i patata Aletes de pollastre al forn Enciam i olives negres logurt natural sense sucre	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus amb daus de gall dindi Truita francesa amb carbassó Amanida verda logurt natural sense sucre		Patata bullida amb oli d'oliva Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre (màx. 50g) logurt natural sense sucre		Crema de patata i carbassó (màx. 50g) Cap de llom amb samfaina (pebrot, albergínia, carbassó i tomàquet) (verdures màx. 50g) logurt natural sense sucre		Llenties guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i olives negres logurt natural sense sucre		Mongeta tendra (màx. 50g) i patata Escalopa de pollastre (in situ) Enciam i tomàquet (màx. 50g) logurt natural sense sucre	
DILLUNS	30								
Arròs amb oli i orenga Truita francesa Mesclum d'enciams logurt natural sense sucre									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



HIPOCALÒRICA

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Llom a la planxa Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb oli i orenga Truita francesa Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga S/LL Mandonguilles d'au en el seu suc amb bolets Kiwi		Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural desnatat		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb oli i orenga Truita francesa Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Bistec de pollastre a la planxa Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb orenga Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural desnatat		Sopa de peix (cap de rap) Daus de vedella en el seu suc amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verdures i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil amb patates i ceba Filet de gall dindi a la planxa Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre al forn Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural desnatat	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus amb verdures Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa S/LL Cap de llom a la planxa amb carbassó Pera		Llentíes vidues amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural desnatat		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Filet de gall dindi a la planxa Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb oli i orenga Truita a la francesa Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els **ALLERGENS** dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO LLEGUMS

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc (in situ) Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Patates a la Riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Patates guisades amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Llom a la planxa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Patates guisades amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Vedella a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Paella marinera (sofregit, musclos, calamar, gamba, almeja) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil amb patates i ceba Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Patata bullida amb oli d'oliva Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Arròs amb xampinyons Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Patata, pastanaga i mongeta Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO LLEGUMS, OU

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc (in situ) Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta al forn Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Patates a la Riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus S/OU Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Filet de lluç a forn Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta S/OU amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Patates guisades amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) LLom a la planxa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Patates guisades amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Vedella a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) LLom a la planxa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil amb patates i ceba Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis S/OU amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus S/OU a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Filet de lluç amb salsa de tomàquet Pinya en el seu suc		Patata bullida amb oli d'oliva Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Arròs amb xampinyons Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Patata, pastanaga i mongeta Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet LLom a la planxa Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO SOJA, FS, SÍNDRIA, MELÓ, KIWI

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Bistec d'au amb salsa i bolets Fruita del temps*		Cigrons a la Riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja** i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam i cogombre Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Llom a la planxa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Vedella a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja** Taronja		Bròquil amb patates i ceba Escalopa de pollastre Enciam i pinya Fruita del temps*		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuitat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



**NO LACTOSA, PRÈSSEC,
ALPISTE**

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga S/L Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons amb verduretes Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural S/L		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural S/L		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil, patata i ceba Escalopa de pollastre Enciam, pinya i pipes Plàtan		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural S/L	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/L Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural S/L		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020

**NO LLEGUMS, FS, PEIX,
MARISC**

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc (in situ) Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Bistec d'au amb salsa i bolets Kiwi		Patates a la Riojana (verduretes i xoriç) Truita francesa Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita francesa Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre (in situ) Enciam i cogombre Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Llom a la planxa Enciam i pastanaga Pera		Patates guisades amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) LLom a la planxa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de brou amb fideus Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Patates guisades amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Vedella a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassó, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil amb patates i ceba Escalopa de pollastre (in situ) Enciam i pinya Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Llom a la planxa amb llit de ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verduretes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Patata bullida amb oli d'oliva Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Arròs amb xampinyons Truita francesa Enciam i blat de moro logurt natural		Patata, pastanaga i mongeta Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



SENSE MARISC

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOURS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Mandonguilles d'au amb salsa i bolets		Cigrons a la Riojana (verdurettes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOURS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de brou amb fideus Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOURS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdurettes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verdurettes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil amb patates i ceba LLibrets de gall d'indi i formatge Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOURS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verdurettes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÉRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO SOJA, POLLASTRE

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Llom a la planxa amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons a la Riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Truita francesa Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja** i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de porc Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) LLom a la planxa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Vedella a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Arròs marinera (sofregit de verduretes i calamar) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja** Taronja		Bròquil amb patates i ceba Escalopa de porc Enciam, pinya i pipes Macedonia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Llom a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus amb verdures Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata LLuç al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Fingers de peix Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuitat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



NO CIGRONS

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc (in situ) Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Mandonguilles d'au amb salsa i bolets Kiwi		Patates a la Riojana (verdurettes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Patates gisades amb espinacs (ceba, verdurettes, espinacs i patates) Vedella a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Paella marinera (sofregit, musclos, calamar, gamba, almeja) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil amb patates i ceba Escalopa de pollastre (in situ) Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Aletes de pollastre a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus a la cassola (sofregit de verdurettes i daus de gall d'indi) Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Croquetes de rostít Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



MENÚ ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2020



**NO POLLASTRE,
AUS DE CORRAL**

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Coliflor i patata al vapor Escalopa de porc Enciam, pastanaga i api Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Crema de pastanaga Mandonguilles de vedella amb salsa i bolets Kiwi		Cigrons a la Riojana (verduretes i xoriç) Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural		Sopa de brou amb fideus Truita francesa Enciam, blat de moro i olives Poma	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Mongeta verda, patata i pastanaga Escalopa de porc Enciam, cogombre i pipes Poma		Tirabuixons de pasta amb xampinyons Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) LLom a la panxa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verduretes, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Paella marinera (sofregit, musclos, calamar, gamba, almeja) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Taronja		Bròquil amb patates i ceba Escalopa de porc Enciam, pinya i pipes Macedònia de fruites		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Mongeta tendra i patata Llom a l'estil Americà (Salsa barbacoa) Enciam, tomàquet i pastanaga logurt natural	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Fideus amb verdures Truita francesa amb carbassó Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca estofada amb patata Lluç al forn Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera		Llentíes guisades amb arròs Salmó al forn Enciam i blat de moro logurt natural		Minestra de verdures (pèsols, patata, pastanaga, mongeta) Croquetes de bacallà Enciam, tomàquet i olives Mandarina	
DILLUNS	30								
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida variada Pera									



**Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

** Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els ALLERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.