

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



Tornem a l'escola

6 Cal. 725 / H.C. 110 / Lip. 29 / P. 13
 Arròs amb sofregit de tomàquet
 Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga
 Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i patata / Lacti

7 Cal. 656 / H.C. 86 / Lip. 22 / P. 33
 Llenties estofades
 Truita de patata i ceba amb enciam i brots de soja
 Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot. veg. i cereal / Lacti

8 Cal. 746 / H.C. 91 / Lip. 28 / P. 37
 Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro, tonyina i olives)
 Pollastre a la canyella amb rodanxes de poma
 logurt natural artesà
Verdura / Peix i patata / Fruita

11

diada

12 Cal. 748 / H.C. 93 / Lip. 32 / P. 28
 Espirals gratinats
 Truita francesa amb enciam i llavors
 Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i patata / Lacti

13 **Dia int. de la xocolata**
 Puré de carbassó
 Pollastre la llimona amb patates fregides
 Pa amb oli i xocolata
Verdura / Cereal i llegum / Fruita

14 Cal. 823 / H.C. 94 / Lip. 40 / P. 26
 Cigrons estofats amb carbassa
 Hamburguesa vegetal amb enciam i olives
 Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Porc i amanida / Lacti

15 Cal. 777 / H.C. 106 / Lip. 28 / P. 30
 Arròs a la milanesa (pastanaga, ceba, pernil dolç i formatge)
 Lluc a la taronja amb ceba caramelitzada
 Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i patata / Lacti

18 Cal. 576 / H.C. 67 / Lip. 23 / P. 28
 Vichyssoise
 Mandonguilles de vedella a la jardineria
 Fruita fresca de temporada
Cereal / Prot.veg. i amanida / Lacti

19 Cal. 820 / H.C. 98 / Lip. 38 / P. 24
 Espaguetis amb carbassó i tomàquet
 Calamars a la romana amb enciam i trossets de fruita
 logurt natural artesà
Verdura / Llegum i cereal / Fruita

20 **Dia mundial de la paella**
 Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres, alfàbrega)
 Paella mar i muntanya
 Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i patata / Lacti

21 Cal. 475 / H.C. 59 / Lip. 21 / P. 17
 Tricolor de verdures (bleda, patata i pastanaga)
 Aletes de pollastre al forn amb enciam i blat de moro
 Fruita fresca de temporada
Cereal / Prot.veg. i amanida / Lacti

22 Cal. 627 / H.C. 77 / Lip. 23 / P. 32
 seques guisades
 Truita de formatge amb enciam i tomàquet
 Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i cereal int. / Lacti

25 Cal. 616 / H.C. 66 / Lip. 28 / P. 29
 Mongeta verda i patata
 Llom arrebossat amb enciam i llavors
 Fruita fresca de temporada
Cereal / Prot.veg. i amanida / Lacti

26 Cal. 645 / H.C. 84 / Lip. 22 / P. 33
 Llenties guisades
 Truita de carbassó amb enciam i olives
 Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i patata / Lacti

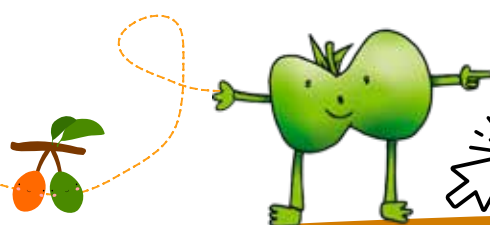
27 Cal. 676 / H.C. 112 / Lip. 17 / P. 25
 Puré de pastanaga
 Macarrons a la bolonyesa vegetal
 Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Au i amanida / Lacti

28 Cal. 847 / H.C. 102 / Lip. 30 / P. 40
 Arròs cantonès (pastanaga, pèsols, blat de moro) amb salsa de soja
 Bacallà a la musselina d'all amb enciam i tomàquet
 Fruita fresca de temporada
Verdura / Formatge fresc i cereal / Lacti

29 **Descoberta del cereals**
 Sopa de brou amb pasta integral
 Pollastre al forn amb xips de carbassó
 logurt natural amb flocs de civada
Verdura / Ou i patata / Fruita

Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289

* A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.



CLICA per saber molt més



Dilluns Dimarts Dimecres Dijous Divendres

- 2** Cal. 774 / H.C. 89 / Lip. 33 / P. 36
Macarrons integrals napolitana
Fricandó de vedella amb bolets
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i patata / Lacti
- 3** Cal. 633 / H.C. 85 / Lip. 22 / P. 26
Sopa de peix amb arròs
Trita de patata i ceba amb pa amb tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot.veg. i cereal int. / Lacti
- 4** Cal. 656 / H.C. 77 / Lip. 23 / P. 39
Cigrons estofats amb bledes
Maires enfarinades i fregides amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot.veg. i cereal / Lacti
- 5** Cal. 569 / H.C. 53 / Lip. 27 / P. 30
Purè de porros i pastanaga
Pollastre al forn amb herbes provençals amb enciam i trossets de fruita
Iogurt natural artesà
Cereal int. / Peix i verdura / Fruita
- 6** Cal. 800 / H.C. 101 / Lip. 37 / P. 20
Arròs a la cassola
Tastets de bròquil al forn amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i patata / Lacti

- 9** Cal. 639 / H.C. 80 / Lip. 23 / P. 33
Llenties a la jardinera
Trita de formatge amb enciam i brots de soja
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i patata / Lacti
- 10** Cal. 701 / H.C. 88 / Lip. 27 / P. 30
Arròs amb tomàquet casolà
Filet de lluç a la planxa amb xips de carbassó
Iogurt natural artesà
Verdura / Formatge fresc i cereal / Fruita
- 11** Cal. 576 / H.C. 62 / Lip. 27 / P. 25
Mongeta verda i patata
Pollastre a l'allada amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Cereal / Ou i amanida / Lacti
- 12** **13** Cal. 700 / H.C. 119 / Lip. 18 / P. 23
Purè de cigrò i carbassó
Fideuà de verdures
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i cereal int. / Lacti

- 16** Cal. 663 / H.C. 87 / Lip. 23 / P. 31
Espinacs i patata a l'allet
Daus de porc guisats amb arròs blanc
Fruita fresca de temporada
Cereal / Prot.veg. i verdura / Lacti
- 17** Cal. 659 / H.C. 92 / Lip. 26 / P. 18
Amanida amb formatge fresc (enciam, formatge fresc, tomàquet, pastanaga, olives)
Espaguetis a la bolonyesa
Fruita fresca de temporada
Patata / Ou i cereal int. / Lacti
- 18** *Jornada d' Austràlia*
Australian roasted pumpkin soup (sopa australiana carbassa rostida)
Fish and chips
Lamington (pastis xocolata i coco)
Cereal / Au i amanida / Fruita
- 19** Cal. 698 / H.C. 85 / Lip. 26 / P. 35
Seques guisades a la riojana
Trita de carbassó amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Amanida / Prot.veg. i cereal / Lacti
- 20** Cal. 458 / H.C. 59 / Lip. 15 / P. 25
Sopa d'escudella amb galets
Pollastre al forn amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i patata / Lacti

- 23** Cal. 618 / H.C. 98 / Lip. 15 / P. 29
Macarrons a la Norma (albergínia i salsa de tomàquet)
Ragout d'au amb xampinyons
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i patata / Lacti
- 24** Cal. 471 / H.C. 59 / Lip. 15 / P. 29
Sopa de brou amb pasta integral
Lluç al forn amb all i julivert amb llesques de patata i moniato
Iogurt natural artesà
Amanida / Cereal i llegum / Fruita
- 25** Cal. 623 / H.C. 106 / Lip. 18 / P. 15
Purè de porros
Paella de verdures i cigrons
Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Porc i amanida / Lacti
- 26** Cal. 534 / H.C. 69 / Lip. 17 / P. 29
Coliflor gratinada
Pollastre al romaní amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Cereal / Peix i verdura / Lacti
- 27** Cal. 656 / H.C. 86 / Lip. 22 / P. 33
Llenties guisades
Trita de patata i ceba amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Amanida / Prot. veg. i cereal / Lacti

- 30** Cal. 729 / H.C. 98 / Lip. 28 / P. 28
Arròs amb tomàquet
Filet de lluç en salsa verda (pèsols i julivert)
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i patata / Lacti
- 31** *La Castanyada*
Purè de moniato
Botifarra de Taradell amb seques i allioli de codony
Postres especial Castanyada
Amanida / Formatge fresc i cereal / Fruita

CLICA per saber molt més

el con sell

temporada

malbaratament

* A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un purè de verdures de temporada.

Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289

Dilluns

Dimarts


Dimecres

Dijous

Divendres



6 Cal. 735 / H.C. 89 / Lip. 29 / P. 33
Arròs amb verdures saltejades
Calamars a la romana amb enciam i trossets de fruita
logurt natural artesà
Verdura / Ou i patata / Fruita

7 Cal. 641 / H.C. 110 / Lip. 14 / P. 25
Puré de verdures
Espaguetis a la bolonyesa vegetal 
Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Au i amanida / Lacti

8 Cal. 476 / H.C. 67 / Lip. 12 / P. 29
Sopa de brou casolà amb fideus
Estofat de vedella amb xampinyons
Fruita fresca de temporada
Patata / Peix i amanida / Lacti

9 Cal. 671 / H.C. 88 / Lip. 24 / P. 30
Cigrons guisats amb arròs
Trita de carbassó amb enciam i llavors
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot.veg. i cereal / Lacti

10 Cal. 484 / H.C. 56 / Lip. 19 / P. 26
Bròquil i patata
Pollastre al forn amb herbes aromàtiques amb enciam i brots de soja
Fruita fresca de temporada
Cereal / Peix i amanida / Lacti

13 *Dia de la dieta mediterrània*
Llenties amb hortalisses
Trita de patates i ceba amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i cereal int. / Lacti



14 Cal. 777 / H.C. 71 / Lip. 48 / P. 19
Mongeta verda i patata
Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Cereal / Formatge fresc i amanida / Lacti

15 Cal. 752 / H.C. 90 / Lip. 29 / P. 38
Llacets amb salsa de bolets
Maires a l'andalusa amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i cereal int. / Lacti


16 Cal. 523 / H.C. 56 / Lip. 20 / P. 31
Sopa d'escudella pasta integral
Pollastre a la canyella amb rodanxes de patata i moniato
logurt natural artesà
Amanida / Llegum i patata / Fruita

17 *Taula de les conserves*
Arròs a la marinera
Hamburguesa vegetal al forn amanida amb pipes i remolatxa en conserva 
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i cereal / Lacti

20 Cal. 578 / H.C. 70 / Lip. 24 / P. 24
Patates estofades
Trita de pernil dolç amb enciam i brots de soja
Fruita fresca de temporada
Amanida / Au i cereal / Lacti

21 Cal. 616 / H.C. 93 / Lip. 23 / P. 15
Macarrons integrals napolitana
Mandonguilles de lluç amb hortalisses
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i patata / Lacti

22 Cal. 504 / H.C. 55 / Lip. 22 / P. 24
Cassoleta de verdures
Pollastre al forn amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Peix i amanida / Lacti

23 Cal. 671 / H.C. 122 / Lip. 15 / P. 19
Puré de seques i pastanaga
Paella de verdures 
Fruita fresca de temporada
Verdura / Vedella i patata / Lacti

24 Cal. 508 / H.C. 66 / Lip. 15 / P. 31
Sopa d'au amb estrelletes
Guisat de gall dindi al romaní amb patates
logurt natural artesà
Amanida / Ou i cereal / Fruita

27 Cal. 574 / H.C. 65 / Lip. 25 / P. 27
Trinxat de col i patata
Llom adobat a la planxa amb xips de moniato
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i cereal int. / Lacti

28 Cal. 588 / H.C. 59 / Lip. 27 / P. 28
Sopa de brou amb pasta integral
Trita de patata i ceba amb enciam i trossets de fruita
logurt natural artesà
Amanida / Cereal i llegum / Fruita

29 Cal. 733 / H.C. 93 / Lip. 29 / P. 31
Arròs amb sofregit de tomàquet
Peix blau en tempura amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot.veg. i patata / Lacti

30 Cal. 591 / H.C. 73 / Lip. 24 / P. 26
Cigrons amb espinacs
Aletes de pollastre adobades amb enciam i llavors
Fruita fresca de temporada
Patata / Ou i amanida / Lacti

* A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.



Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289

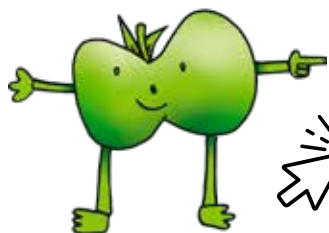
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



CLICA per
saber molt
més



- 1** Cal. 644 / H.C. 103 / Lip. 19 / P. 21
Purè de porros
- Fideuà de peix i marisc
- Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Au i verdura / Lacti

4 *Descobriments del xucriut*

Llenties a la jardinera

Lluç cruixent amb sauerkraut
(xucriut, poma, pastanaga, maionesa)

Fruita fresca de temporada

Verdura / Au i patata / Lacti

5 Cal. 683 / H.C. 98 / Lip. 25 / P. 23

Arròs amb verduretes

Truita de carbassó i ceba
amb enciam i trossets de fruita

logurt natural artesà

Amanida / Prot.veg. i cereal / Fruita

6



festiu



7 Cal. 538 / H.C. 63 / Lip. 20 / P. 29

Bleda i patata

Wok de gall dindi (amb porro,
pastanaga, pebrot i salsa de soja)

Fruita fresca de temporada

Cereal int. / Peix i amanida / Lacti

8

festiu



11 Cal. 740 / H.C. 85 / Lip. 32 / P. 33

Arròs a la cassola amb bolets

Truita de pernil dolç i formatge
amb enciam i pastanaga

logurt natural artesà

Verdura / Prot. veg. i patata / Fruita

12 Cal. 507 / H.C. 65 / Lip. 19 / P. 21

Sopa d'escudella amb pasta int.

Lluç a la biscaina
amb patata dau

Fruita fresca de temporada

Amanida / Au i cereal / Lacti

13 Cal. 676 / H.C. 112 / Lip. 17 / P. 25

Purè de pastanaga

Espirals a la
bolonyesa vegetal

Fruita fresca de temporada

Verdura / Ou i cereal int. / Lacti



14 Cal. 755 / H.C. 83 / Lip. 40 / P. 28

Mongetes seques estofades

Hamburguesa de vedella
amb enciam i olives

Fruita fresca de temporada

Amanida / Peix i cereal int. / Lacti

15 Cal. 541 / H.C. 62 / Lip. 20 / P. 31

Bròquil gratinat

Pollastre arrebossat
amb enciam i blat de moro

Fruita fresca de temporada

Cereal / Prot.veg. i amanida / Lacti

18 Cal. 526 / H.C. 69 / Lip. 17 / P. 27

Mongeta verda i patata

Llom rostit
amb lit de poma

Fruita fresca de temporada

Cereal int. / Ou i amanida / Lacti

19 Cal. 779 / H.C. 96 / Lip. 35 / P. 26

Arròs amb tomàquet

Medalló de salmó
amb enciam i pastanaga

Fruita fresca de temporada

Verdura / Au i patata / Lacti

20 Cal. 682 / H.C. 95 / Lip. 24 / P. 27

Escudella de Nadal

Pollastre a la cassola
amb prunes

Neules i torrons

Verdura / Peix i patata / Fruita



Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289

* A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un purè de verdures de temporada.



Bon Nadal

