

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

6  **FESTIU**

7 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Croquetes de pollastre  
  
Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

1  **FESTIU**

8 Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures  
  
Fruita variada i Pa Integral

2  **FESTIU**

9 Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

3  **FESTIU**

10 Arròs integral saltat amb oli  
  
Mandonguilles mixtes a la jardineria (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

13 Arròs integral amb tomàquet  
  
Truita de patates casolana  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

14 Bullit de bròquil i patata  
  
Macarrons amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat  
  
Fruita variada i Pa Integral

15 Sopa de brou (nap, xirivia) amb pistons  
  
Salsitxes de porc guisades amb pisto (tomàquet, albergínia, pebrot)  
  
Fruita variada i Pa Integral

16 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Iogurt i Pa Integral

17 Crema de carabassa, patata i ceba  
  
Pollastre al forn amb poma  
  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

**Kcal: 774 Lip: 30,04 Prot: 21,52 HC: 99,93**

**Kcal: 818 Lip: 24,87 Prot: 25,42 HC: 131,01**

**Kcal: 658 Lip: 27,57 Prot: 29,59 HC: 72,81**


**Kcal: 640 Lip: 21,66 Prot: 24,83 HC: 86,24**

**Kcal: 860 Lip: 37,51 Prot: 29,23 HC: 97,59**

20 Arròs integral amb tomàquet  
  
Remenat d'ous i patates  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

21 Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
  
Fruita variada i Pa Integral

22 Crema de carabassó, patata i ceba  
  
Lluç amb samfaina  
  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

23  **DIA ESPECIAL**  
  
MENÚ DE SANT JORDI  
Sopa de brou (nap, xirivia) amb lletres  
  
Llom arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

24 Cigrons amb patata  
  
Pollastre rostit  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**Kcal: 810 Lip: 31,48 Prot: 21,93 HC: 106,38**

**Kcal: 693 Lip: 14,33 Prot: 27,58 HC: 117,33**

**Kcal: 491 Lip: 18,61 Prot: 21,27 HC: 61,02**

**Kcal: 745 Lip: 51,39 Prot: 27,94 HC: 128,62**

**Kcal: 688 Lip: 23,85 Prot: 42,84 HC: 77,61**

27 Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
  
Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa Integral

28 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa Integral

29 Macarrons integrals amb napolitana  
  
Lluç a l'andalusa casolà  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

30 Crema de porros  
  
Cigrons a la jardineria (pebrot, ceba, pastanaga)  
  
Fruita variada i Pa Integral

**Kcal: 771 Lip: 27,86 Prot: 24,00 HC: 104,38**

**Kcal: 703 Lip: 23,02 Prot: 45,27 HC: 80,53**

**Kcal: 718 Lip: 24,63 Prot: 26,47 HC: 95,54**

**Kcal: 691 Lip: 15,04 Prot: 25,10 HC: 115,88**



Fes clic aquí per obtenir més informació



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

# ALIMENTACIÓ INTEGRATIVA EN EL TEU DIA A DIA

## En què consisteix?

L'alimentació integrativa considera la salut des d'un punt de vista global, tenint en compte diversos factors com l'alimentació, l'estil de vida, les emocions, l'entorn i les relacions socials. Busca nodrir el cos i la ment per promoure un benestar global.



ESCANEJA EL NOSTRE QR O CLICA AQUI PER DESCOBRIR CADA PUNT!

PREPARA'T PER  
2ª EDICIÓ  
PETITS XEFS



Programa de nutrición y hábitos saludables del Grupo Mediterránea

mediterránea EDUCACIÓN



## SI HAS MENJAT...

PASTA / ARRÒS / PATATA / LLEGUMS + CARN.....  
 PASTA / ARRÒS/ PATATA / LLEGUMS + PEIX.....  
 PASTA / ARRÒS/ PATATA / LLEGUMS + OU.....  
 VERDURES + CARN.....  
 VERDURES + PEIX.....  
 VERDURES + OU.....  
 FRUITES/ LÁCTICS.....

## ...HAURIES DE SOPAR

VERDURES + PEIX/ OU/ LLEGUMS  
 VERDURES + CARN / OU/ LLEGUMS  
 VERDURES + PEIX/ CARN / LLEGUMS  
 PASTA / ARRÒS/ PATATA / LLEGUMS+ PEIX/ OU  
 PASTA / ARRÒS/ PATATA / LLEGUMS+ CARN / OU  
 PASTA / ARRÒS/ PATATA / LLEGUMS+ PEIX/ CARN  
 FRUITES / LÁCTICS

OBSERVACIONS: En els nostres menús s'ofereixen els següents aliments:

- **Proximitat - Circuit curt:** albercoc, cirera, figa, mandarina, meló, mandarina, meló, nectarina, nespra, pera, poma, préssec, pruna, síndria, taronja, carabassa, carxofa, ceba, cogombre, col, coliflor, enciam, espàrrec, pastanaga, patata primerenca, patata tardana, pebrot, porro, cigrons, llenties, oli d'oliva, magrana, calçots, codony, bolets.

- **Ecològic - Producció Integrada fresc:** oli d'oliva, kiwi, maduixes, raim, bleda, bròquil, escarola, espinacs, faves, moniato, alvocat, caqui, cols de Brussel·les, endivia, gerds, nap, remolatxa, ruca, xirivia, vedella.

- **Economia social:** albergínia, carabassó, nabiu, tomàquet sofregit, tomata, pastanaga.

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

6   
**FESTIU**

7 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Croquetes de pollastre  
  
Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

1   
**FESTIU**

8 Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

2   
**FESTIU**

9 Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

3   
**FESTIU**

10 Arròs integral saltat amb oli  
  
Mandonguilles mixtes a la jardineria (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

13 Arròs integral amb tomàquet  
  
Truita de patates casolana  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

14 Bullit de bròquil i patata  
  
Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge ratllat  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

15 Sopa de brou (nap, xirivia) amb pistons  
  
Salsitxes de porc guisades amb pisto (tomàquet, albergínia, pebrot)  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

16 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet logurt i Pa s/al·lèrgens

17 Crema de carabassa, patata i ceba  
  
Pollastre al forn amb poma  
  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

20 Arròs integral amb tomàquet  
  
Remenat d'ous i patates  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

21 Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

22 Crema de carabassó, patata i ceba  
  
Lluç amb samfaina  
  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

23 **DIA ESPECIAL**  
MENÚ DE SANT JORDI  
Sopa de brou (nap, xirivia) amb lletres  
  
Llom a la planxa  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

24 Cigrons amb patata  
  
Pollastre rostit  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

27 Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

28 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

29 Macarrons integrals amb napolitana  
  
Lluç a l'andalusa casolà  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

30 Crema de porros  
  
Cigrons a la jardineria (pebrot, ceba, pastanaga)  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

**6**



**FESTIU**

**7**

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre arrebossat casolà s/gluten

Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**1**



**FESTIU**

**8**

Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures

Fruita Variada i Pa s/gluten

**2**



**FESTIU**

**9**

Pasta s/gluten s/ou amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**3**



**FESTIU**

**10**

Arròs integral saltat amb oli

Mandonguilles mixtes a la jardineria (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**13**

Arròs integral amb tomàquet

Truita de patates casolana

Amanida d'enciam i olives  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**14**

Bullit de bròquil i patata

Pasta s/gluten s/ou amb bolonyesa de pollastre i formatge ratllat

Fruita Variada i Pa s/gluten

**15**

Sopa de brou amb pasta s/gluten s/ou

Salsitxes de porc guisades amb pisto (tomàquet, albergínia, pebrot)

Fruita Variada i Pa s/gluten

**16**

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat a l'andalusa s/gluten  
Amanida d'enciam i tomàquet logurt i Pa s/gluten

**17**

Crema de carabassa, patata i ceba

Pollastre al forn amb poma

Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**20**

Arròs integral amb tomàquet

Remenat d'ous i patates

Amanida d'enciam i olives  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**21**

Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)

Fruita Variada i Pa s/gluten

**22**

Crema de carabassó, patata i ceba

Lluç amb samfaina

Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**23**

**MENÚ DE SANT JORDI**  
Sopa de brou amb pasta s/gluten s/ou

**DIA ESPECIAL**

Llom amb arrebossat casolà s/gluten

Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

**24**

Cigrons amb patata

Pollastre rostit

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**27**

Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**28**

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn

Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**29**

Pasta s/gluten s/ou napolitana

Lluç a l'andalusa casolà s/gluten

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita Variada i Pa s/gluten

**30**

Crema de porros

Cigrons a la jardineria (pebrot, ceba, pastanaga)

Fruita Variada i Pa s/gluten



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

6   
**FESTIU**

7 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Pollastre arrebossat casolà  
  
Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

1   
**FESTIU**

8 Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

2   
**FESTIU**

9 Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

3   
**FESTIU**

10 Arròs integral saltat amb oli  
  
Pollastre a la jardineria (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

13 Arròs integral amb tomàquet  
  
Truita de patates casolana  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

14 Bullit de bròquil i patata  
  
Macarrons amb bolonyesa de lleties  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

15 Sopa de brou (nap, xirivia) amb pistons  
  
Salsitxes de porc guisades amb pisto (tomàquet, albergínia, pebrot)  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

16 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
logurt de soja i Pa s/al·lèrgens

17 Crema de carabassa, patata i ceba  
  
Pollastre al forn amb poma  
  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

20 Arròs integral amb tomàquet  
  
Remenat d'ous i patates  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

21 Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

22 Crema de carabassó, patata i ceba  
  
Lluç amb samfaina  
  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

23 **DIA ESPECIAL**  
MENÚ DE SANT JORDI  
Sopa de brou (nap, xirivia) amb lletres  
  
Llom arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
logurt de soja

24 Cigrons amb patata  
  
Pollastre rostit  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

27 Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
  
Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

28 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

29 Macarrons integrals amb napolitana  
  
Lluç a l'andalusa casolà  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

30 Crema de porros  
  
Cigrons a la jardineria (pebrot, ceba, pastanaga)  
  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

**6**



**FESTIU**

**7**

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Croquetes de bacallà

Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

**1**



**FESTIU**

**8**

Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures

Fruita variada i Pa Integral

**2**



**FESTIU**

**9**

Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**3**



**FESTIU**

**10**

Arròs integral saltat amb oli

Pollastre a la jardineria (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

**13**

Arròs integral amb tomàquet

Truita de patates casolana

Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

**14**

Bullit de bròquil i patata

Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge ratllat

Fruita variada i Pa Integral

**15**

Sopa d'au amb pistons

Salsitxes de pollastre guisades amb pisto

Fruita variada i Pa Integral

**16**

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat arrebossat casolà

Amanida d'enciam i tomàquet  
logurt i Pa Integral

**17**

Crema de carabassa, patata i ceba

Pollastre al forn amb poma

Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

**20**

Arròs integral amb tomàquet

Remenat d'ous i patates

Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

**21**

Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)

Fruita variada i Pa Integral

**22**

Crema de carabassó, patata i ceba

Lluç amb samfaina

Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

**23**

**MENÚ DE SANT JORDI**  
Sopa d'au amb lletres

Pollastre arrebossat casolà

Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

**DIA ESPECIAL**

**24**

Cigrons amb patata

Pollastre rostit

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**27**

Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana

Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa Integral

**28**

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn

Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa Integral

**29**

Macarrons integrals amb napolitana

Lluç a l'andalusa casolà

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**30**

Crema de porros

Cigrons a la jardineria (pebrot, ceba, pastanaga)

Fruita variada i Pa Integral



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

**6**



**FESTIU**

**7**

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Pollastre arrebossat casolà

Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

**1**



**FESTIU**

**8**

Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures

Fruita variada i Pa Integral

**2**



**FESTIU**

**9**

Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Pit de gall dindi a la planxa

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**3**



**FESTIU**

**10**

Arròs integral saltat amb oli

Mandonguilles mixtes a la jardinera (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

**13**

Arròs integral amb tomàquet

Truita de patates casolana

Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

**14**

Bullit de bròquil i patata

Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge ratllat

Fruita variada i Pa Integral

**15**

Sopa de brou (nap, xirivia) amb pistons

Salsitxes de porc guisades amb pisto (tomàquet, albergínia, pebrot)

Fruita variada i Pa Integral

**16**

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Gall dindi arrebossat casolà

Amanida d'enciam i tomàquet logurt i Pa Integral

**17**

Crema de carabassa, patata i ceba

Pollastre al forn amb poma

Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

**20**

Arròs integral amb tomàquet

Remenat d'ous i patates

Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

**21**

Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)

Fruita variada i Pa Integral

**22**

Crema de carabassó, patata i ceba

Pit de gall dindi a la planxa

Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

**23**

**MENÚ DE SANT JORDI**  
Sopa de brou (nap, xirivia) amb lletres

Llom arrebossat casolà

Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

**DIA ESPECIAL**

**24**

Cigrons amb patata

Pollastre rostit

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**27**

Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana

Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa Integral

**28**

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn

Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa Integral

**29**

Macarrons integrals amb napolitana

Gall dindi arrebossat casolà

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**30**

Crema de porros

Cigrons a la jardinera (pebrot, ceba, pastanaga)

Fruita variada i Pa Integral



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENUS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENUS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

**6**




**FESTIU**

**7**

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Pollastre arrebossat casolà s/ou

Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**8**




**FESTIU**

Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures

Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**9**




**FESTIU**

Pasta s/gluten s/ou amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**10**



**FESTIU**

Arròs integral saltat amb oli

Mandonguilles mixtes a la jardineria (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**13**

Arròs integral amb tomàquet

Pit de gall dindi a la planxa

Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**14**

Bullit de bròquil i patata

Pasta s/gluten s/ou amb bolonyesa de llenties i formatge ratllat

Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**15**

Sopa de brou amb pasta s/gluten s/ou

Salsitxes de porc guisades amb pisto (tomàquet, albergínia, pebrot)

Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**16**

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat a l'andalusa

Amanida d'enciam i tomàquet logurt i Pa s/al·lèrgens

**17**

Crema de carabassa, patata i ceba

Pollastre al forn amb poma

Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**20**

Arròs integral amb tomàquet

Pit de gall dindi a la planxa

Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**21**

Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)

Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**22**

Crema de carabassó, patata i ceba

Lluç amb samfaina

Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**23**

**MENÚ DE SANT JORDI**

Sopa de brou amb pasta s/gluten s/ou

Llom arrebossat casolà s/ou

Amanida d'enciam i tomàquet logurt

**24**

Cigrons amb patata

Pollastre rostit

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**27**

Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Pit de gall dindi a la planxa

Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**28**

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn

Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**29**

Pasta s/gluten s/ou napolitana

Lluç a l'andalusa casolà

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**30**

Crema de porros

Cigrons a la jardineria (pebrot, ceba, pastanaga)

Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

**DIA ESPECIAL**



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

6



7

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Pollastre arrebossat casolà

Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

1



8

Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures

Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

2



9

Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

3



10

Arròs integral saltat amb oli  
Pollastre a la jardineria (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

13

Arròs integral amb tomàquet  
Truita de patates casolana  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

14

Bullit de bròquil i patata  
Macarrons amb bolonyesa de llenties  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

15

Sopa de brou (nap, xirivia) amb pistons  
Salsitxes de porc guisades amb pisto (tomàquet, albergínia, pebrot)  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

16

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat arrebossat casolà  
Amanida d'enciam i tomàquet  
logurt de soja i Pa s/al·lèrgens

17

Crema de carabassa, patata i ceba  
Pollastre al forn amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

20

Arròs integral amb tomàquet  
Remenat d'ous i patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

21

Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

22

Crema de carabassó, patata i ceba  
Lluç amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

23

**DIA ESPECIAL**

**MENÚ DE SANT JORDI**  
Sopa de brou (nap, xirivia) amb lletres  
Llom arrebossat casolà  
Amanida d'enciam i tomàquet  
logurt de soja

24

Cigrons amb patata  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

27

Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

28

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

29

Macarrons integrals amb napolitana  
Lluç a l'andalusa casolà  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens

30

Crema de porros  
Cigrons a la jardineria (pebrot, ceba, pastanaga)  
Fruita variada i Pa s/al·lèrgens



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

6  **FESTIU**

7 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Croquetes de bacallà  
  
Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

1  **FESTIU**

8 Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures  
  
Fruita variada i Pa Integral

2  **FESTIU**

9 Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

3  **FESTIU**

10 Arròs integral saltat amb oli  
  
Pollastre halal a la jardinera (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

13 Arròs integral amb tomàquet  
  
Truita de patates casolana  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

14 Bullit de bròquil i patata  
  
Macarrons amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat  
  
Fruita variada i Pa Integral

15 Sopa d'au halal amb pasta  
  
Salsitxes de pollastre halal amb pisto  
  
Fruita variada i Pa Integral

16 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
logurt i Pa Integral

17 Crema de carabassa, patata i ceba  
  
Pollastre halal al forn amb poma  
  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

20 Arròs integral amb tomàquet  
  
Remenat d'ous i patates  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

21 Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
  
Fruita variada i Pa Integral

22 Crema de carabassó, patata i ceba  
  
Lluç amb samfaina  
  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

23 **DIA ESPECIAL**  
MENÚ DE SANT JORDI  
Sopa d'au halal amb pasta  
  
Pollastre halal arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

24 Cigrons amb patata  
  
Pollastre halal rostit  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

27 Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
  
Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa Integral

28 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre halal al forn  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa Integral

29 Macarrons integrals amb napolitana  
  
Lluç a l'andalusa casolà  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

30 Crema de porros  
  
Cigrons a la jardinera (pebrot, ceba, pastanaga)  
  
Fruita variada i Pa Integral



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

6 

7 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Pollastre arrebossat casolà  
  
Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

1 

8 Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures  
  
Fruita variada i Pa Integral

2 

9 Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Pit de gall dindi a la planxa  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

3 

10 Arròs integral saltat amb oli  
  
Mandonguilles mixtes a la jardinera (pebrot, tomàquet, bolets)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

13 Arròs integral amb tomàquet  
  
Truita de patates casolana  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

14 Bullit de bròquil i patata  
  
Macarrons amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat  
  
Fruita variada i Pa Integral

15 Sopa de brou (nap, xirivia) amb pistons  
  
Salsitxes de porc guisades amb pisto (tomàquet, albergínia, pebrot)  
  
Fruita variada i Pa Integral

16 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Gall dindi arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet logurt i Pa Integral

17 Crema de carabassa, patata i ceba  
  
Pollastre al forn amb poma  
  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

20 Arròs integral amb tomàquet  
  
Remenat d'ous i patates  
  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

21 Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
  
Fruita variada i Pa Integral

22 Crema de carabassó, patata i ceba  
  
Pit de gall dindi a la planxa  
  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

23 **DIA ESPECIAL**  
MENÚ DE SANT JORDI  
Sopa de brou (nap, xirivia) amb lletres  
  
Llom arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

24 Cigrons amb patata  
  
Pollastre rostit  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

27 Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
  
Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa Integral

28 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Pollastre al forn  
  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa Integral

29 Macarrons integrals amb napolitana  
  
Gall dindi arrebossat casolà  
  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

30 Crema de porros  
  
Cigrons a la jardinera (pebrot, ceba, pastanaga)  
  
Fruita variada i Pa Integral



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

**6**



**FESTIU**

**7**

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Croquetes de bacallà  
Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

**1**



**FESTIU**

**8**

Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures  
Fruita variada i Pa Integral

**2**



**FESTIU**

**9**

Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Lluç amb picada d'all i julivert  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**3**



**FESTIU**

**10**

Arròs integral saltat amb oli  
Truita francesa casolana  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

**13**

Arròs integral amb tomàquet  
Truita de patates casolana  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

**14**

Bullit de bròquil i patata  
Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge ratllat  
Fruita variada i Pa Integral

**15**

Sopa de verdures amb pasta  
Lluç amb samfaina  
Fruita variada i Pa Integral

**16**

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Peix fresc segons mercat arrebossat casolà  
Amanida d'enciam i tomàquet logurt i Pa Integral

**17**

Crema de carabassa, patata i ceba  
Truita francesa casolana  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

**20**

Arròs integral amb tomàquet  
Remenat d'ous i patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

**21**

Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Fruita variada i Pa Integral

**22**

Crema de carabassó, patata i ceba  
Lluç amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

**23**

**MENÚ DE SANT JORDI**  
Sopa de verdures amb pasta  
Lluç arrebossat casolà  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

**24**

Cigrons amb patata  
Truita francesa casolana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**27**

Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa Integral

**28**

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Truita francesa casolana  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa Integral

**29**

Macarrons integrals amb napolitana  
Lluç a l'andalusa casolà  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

**30**

Crema de porros  
Cigrons a la jardinera (pebrot, ceba, pastanaga)  
Fruita variada i Pa Integral

**DIA ESPECIAL**



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS

**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**

6



7

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Hamburguesa vegana  
Amanida d'olives i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

1



8

Minestra de verdures (pastanaga, coliflor, patata) bullida  
Cigrons estofats amb verdures  
Fruita variada i Pa Integral

2



9

Espaguetis amb sofregit de tomàquet i orenga  
Remenat d'ous  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

3



10

Arròs integral saltat amb oli  
Truita francesa casolana  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

13

Arròs integral amb tomàquet  
Truita de patates casolana  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

14

Bullit de bròquil i patata  
Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge ratllat  
Fruita variada i Pa Integral

15

Sopa de verdures amb pasta  
Tofu saltat  
Pisto  
Fruita variada i Pa Integral

16

Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Hamburguesa vegana  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Iogurt i Pa Integral

17

Crema de carabassa, patata i ceba  
Truita francesa casolana  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

20

Arròs integral amb tomàquet  
Remenat d'ous i patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita variada i Pa Integral

21

Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida  
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot, ceba)  
Fruita variada i Pa Integral

22

Crema de carabassó, patata i ceba  
Mongetes blanques saltades amb verdures  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

23

**DIA ESPECIAL**

**MENÚ DE SANT JORDI**  
Sopa de verdures amb pasta  
Hamburguesa vegana  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Crema catalana

24

Cigrons amb patata  
Truita francesa casolana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

27

Arròs 3 delícies amb oli d'alfàbrega (pèsol, pastanaga, blat de moro)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa Integral

28

Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Truita francesa casolana  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita variada i Pa Integral

29

Macarrons integrals amb napolitana  
Hamburguesa vegana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

30

Crema de porros  
Cigrons a la jardineria (pebrot, ceba, pastanaga)  
Fruita variada i Pa Integral



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS