

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1



2

3

6 Crema de hortalisses amb crostons
Lluç amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

7 Farfalle amb salsa de verdures
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada i Pa

8 Crema de pèsols y pastanaga amb crostons
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

9 Mongetes blanques estofades amb verdures
Bacallà a l'all
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

10 Bullit de bròquil, patata i pastanaga
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt i Pa

13 Paella de verdures
Bunyols de bacallà
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

14 Llenties estofades amb patata i carbassa
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

15 Vichyssoise amb crostons
Lluç amb picada d'all i julivert
Patata dau
Fruita variada i Pa

16 Espirals a la italiana amb orenga
Guisat de cigrons amb hortalisses
Fruita variada i Pa

17 Panaché de verdures
Truita de patates
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa

20 Macarrons amb tomàquet
Llenties casolanes
Fruita variada i Pa

21 Crema de carbassó amb crostons
Bacallà a l'all
Patata dau
Fruita variada i Pa

22 Arròs a la milanesa
Truita francesa
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

23 Saltat de cigrons amb tomaquet i verdures
Lluç al forn a la llauna
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

24 Trinxat de patata i bròquil
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa

27 Cigrons estofats amb verdures
Lluç amb picada d'all i julivert
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

28 Bullit de coliflor, patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb truita
Fruita variada i Pa

29 Crema de carbassa amb crostons
Cues de rap a la marinera
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

30 Espaguetis en salsa amb daus de pastanaga
Fabada vegetal de mongetes blanques
Fruita variada i Pa



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Esther Gamero Marín CAT000928

CALENDARI DE PRODUCTES DE TEMPORADA: <http://agricultura.gencat.cat/web/.content/04-alimentacio/cadena-alimentaria/codi-bones-practiques-comercials/documents/fitxers-binari/calendari-productes-temporada.pdf>

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1



2

3

6 Crema de hortalisses
Lluç amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa s/gluten

7 Pasta s/gluten s/ou amb salsa de verdures
Llom a la planxa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa s/gluten

8 Crema de pèsols y pastanaga
Arròs a la cassola amb gall d'indi
Fruita variada i Pa s/gluten

9 Mongetes blanques estofades amb verdures
Contracuíxa de pollastre amb salsa barbacoa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa s/gluten

10 Bullit de bròquil, patata i pastanaga
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt i Pa s/gluten

13 Paella de verdures
Bacallà a l'all
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa s/gluten

14 Pasta s/gluten s/ou amb tomàquet
Hamburguesa mixta amb ceba confitada
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa s/gluten

15 Vichyssoise
Ragout gall d'indi amb daus de verdures i patata
Fruita variada i Pa s/gluten

16 Pasta s/gluten s/ou a la italiana amb orenga
Guisat de cigrons amb hortalisses
Fruita variada i Pa s/gluten

17 Panaché de verdures
Truita de patates
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa s/gluten

20 Pasta s/gluten s/ou amb tomàquet
Pit de gall d'indi a la planxa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa s/gluten

21 Crema de carbassó
Mandonguilles a la jardineria
Fruita variada i Pa s/gluten

22 Arròs a la milanesa
Pollastre a la taronja
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa s/gluten

23 Saltat de cigrons amb tomaquet i verduretes
Lluç al forn a la llauna
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa s/gluten

24 Trinxat de patata i bròquil
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa s/gluten

27 Cigrons estofats amb verdures
Roti de gall d'indi amb salsa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa s/gluten

28 Bullit de coliflor, patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb truita i pernil
Fruita variada i Pa s/gluten

29 Crema de carbassa
Cues de rap a la marinera
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa s/gluten

30 Pasta s/gluten s/ou en salsa amb daus de pastanaga
Fabada vegetal de mongetes blanques
Fruita variada i Pa s/gluten



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Esther Gamero Marín CAT000928

CALENDARI DE PRODUCTES DE TEMPORADA: <http://agricultura.gencat.cat/web/.content/04-alimentacio/cadena-alimentaria/codi-bones-practiques-comercials/documents/fitxers-binari/calendari-productes-temporada.pdf>

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1



2

3

6 Crema de hortalisses amb crostons
Lluç amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada

7 Pasta s/gluten s/ou amb salsa de verdures
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada

8 Crema de pèsols y pastanaga amb crostons
Arròs a la cassola amb gall d'indi
Fruita variada

9 Mongetes blanques estofades amb verdures
Contracuíxa de pollastre amb salsa barbacoa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada

10 Bullit de bròquil, patata i pastanaga
Cues de rap amb picada d'all i julivert
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt

13 Paella de verdures
Bacallà a l'all
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada

14 Llenties estofades amb patata i carbassa
Hamburguesa mixta amb ceba confitada
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada

15 Vichyssoise amb crostons
Ragout gall d'indi amb daus de verdures i patata
Fruita variada

16 Pasta s/gluten s/ou a la italiana amb orenga
Guisat de cigrons amb hortalisses
Fruita variada

17 Panaché de verdures
Lluç amb picada d'all i julivert
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt

20 Pasta s/gluten s/ou amb tomàquet
Llenties casolanes
Fruita variada

21 Crema de carbassó amb crostons
Mandonguilles a la jardineria
Fruita variada

22 Arròs a la milanesa
Pollastre a la taronja
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada

23 Saltat de cigrons amb tomaquet i verdures
Lluç al forn a la llauna
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada

24 Trinxat de patata i bròquil
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt

27 Cigrons estofats amb verdures
Roti de gall d'indi amb salsa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada

28 Bullit de coliflor, patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb pernil
Fruita variada

29 Crema de carbassa amb crostons
Cues de rap a la marinera
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada

30 Pasta s/gluten s/ou en salsa amb daus de pastanaga
Fabada vegetal de mongetes blanques
Fruita variada



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Esther Gamero Marín CAT000928

CALENDARI DE PRODUCTES DE TEMPORADA: <http://agricultura.gencat.cat/web/.content/04-alimentacio/cadena-alimentaria/codi-bones-practiques-comercials/documents/fitxers-binari/calendari-productes-temporada.pdf>

Dilluns

6 Crema de hortalisses
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada (no plàtan)

13 Paella de verdures
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada (no plàtan)

20 Macarrons amb tomàquet
Llenties casolanes
Fruita variada (no plàtan)

27 Cigrons estofats amb verdures
Pit de gall d'indi a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada (no plàtan)

Dimarts

7 Farfalle amb salsa de verdures
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada (no plàtan)

14 Llenties estofades amb patata i carbassa
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada (no plàtan)

21 Crema de carbassó
Truita francesa
Patata dau
Fruita variada (no plàtan)

28 Bullit de coliflor, patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb truita i pernil
Fruita variada (no plàtan)

Dimecres

1



8 Crema de pèsols y pastanaga
Arròs a la cassola amb gall d'indi
Fruita variada (no plàtan)

15 Vichyssoise
Ragout gall d'indi amb daus de verdures i patata
Fruita variada (no plàtan)

22 Arròs a la milanesa
Pollastre a la taronja
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada (no plàtan)

29 Crema de carbassa
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada (no plàtan)

Dijous

2

Llenties estofades amb daus de patata i pastanaga
Botifarra
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada (no plàtan)

9 Mongetes blanques estofades amb verdures
Contracuixa de pollastre amb salsa barbaçoa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada (no plàtan)

16 Espirals a la italiana amb orenga
Guisat de cigrons amb hortalisses
Fruita variada (no plàtan)

23 Saltat de cigrons amb tomaquet i verdures
Llom a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada (no plàtan)

30 Espaguetis en salsa amb daus de pastanaga
Fabada vegetal de mongetes blanques
Fruita variada (no plàtan)

Divendres

3

Verdura tricolor (Mongeta, Pastanaga, Patata)
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada (no plàtan)

10 Bullit de bròquil, patata i pastanaga
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada (no plàtan)

17 Panaché de verdures
Truita de patates
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada (no plàtan)

24 Trinxat de patata i bròquil
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada (no plàtan)

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1



2

3

6 Crema de hortalisses amb crostons
Lluç amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

7 Farfalle amb salsa de verdures
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada i Pa

8 Crema de pèsols y pastanaga amb crostons
Arròs a la cassola amb gall d'indi
Fruita variada i Pa

9 Mongetes blanques estofades amb verdures
Contracuixa de pollastre amb salsa barbacoa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

10 Bullit de bròquil, patata i pastanaga
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt i Pa

13 Paella de verdures
Bunyols de bacallà
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

14 Llenties estofades amb patata i carbassa
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

15 Vichyssoise amb crostons
Ragout gall d'indi amb daus de verdures i patata
Fruita variada i Pa

16 Espirals a la italiana amb orenga
Guisat de cigrons amb hortalisses
Fruita variada i Pa

17 Panaché de verdures
Truita de patates
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa

20 Macarrons amb tomàquet
Llenties casolanes
Fruita variada i Pa

21 Crema de carbassó amb crostons
Bacallà a l'all
Patata dau
Fruita variada i Pa

22 Arròs a la milanesa
Pollastre a la taronja
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

23 Saltat de cigrons amb tomaquet i verdures
Lluç al forn a la llauna
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

24 Trinxat de patata i bròquil
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa

27 Cigrons estofats amb verdures
Roti de gall d'indi amb salsa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

28 Bullit de coliflor, patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb truita
Fruita variada i Pa

29 Crema de carbassa amb crostons
Cues de rap a la marinera
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

30 Espaguetis en salsa amb daus de pastanaga
Fabada vegetal de mongetes blanques
Fruita variada i Pa



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Esther Gamero Marín CAT000928

CALENDARI DE PRODUCTES DE TEMPORADA: <http://agricultura.gencat.cat/web/.content/04-alimentacio/cadena-alimentaria/codi-bones-practiques-comercials/documents/fitxers-binari/calendari-productes-temporada.pdf>