



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L.

MENÚ ESCOLAR

NOVEMBRE 2020

CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA (MENÚ SENSE LACTOSA DE DILLUNS A DIJOUS)

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Cigrons estofats amb verdures	Crema de carbassó Botifarra de pollastre al forn amb pastanaga ratllada i enciam	Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots...). Fruita de temporada Sopar: verdura, peix, f	Tallarins a la Napolitana (pebrots, ceba, tomàquet...) Llom adobat a la planxa amb tomàquet i blat moro. Fruita de temporada Sopar: sopa de verdures i peix f.	Patates estofades amb pastanagues i costella porc Suprema de lluç al forn amb enciam i cogombre . Iogurt Pa integral Sopar: verdures ,carn, fruita
Truita de patates amb enciam i olives Fruita de temporada Sopar: verdura, carn, f.	Fruita de temporada Sopar: verdura, ou i fruita			
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Macarrons bolonyesa (carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Crestes tonyina amb enciam i olives Fruita de temporada Sopar: verdura i carn i fruita	Llenties Riojana (xoriço i verdures) Truita de carbassó amb enciam i blat moro Fruita de temporada sopar: verdura amb carn i fruita	Sopa de pagès amb fideus (ecològics) Mandonguilles vedella a la jardineria (pèsols, pastanaga, patata...) Fruita de temporada Sopar: verdura, peix i fruita	Mongetes tendres amb patates Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga . Fruita de temporada Sopar: sopa verdures i ou i f.	Paella de peix Hamburguesa coliflor i formatge amb tomàquet i ceba Iogurt Pa integral sopar: verdura i peix i fruita
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Fideus a la marinera Bacallà a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita de temporada Sopar: verdura, carn i f.	Coliflor amb patates Salsitxes porc al forn amb samfaina Fruita de temporada Sopar: arròs, peix i f.	Arròs amb tomàquet Pollastre al forn amb xampinyons) Fruita de temporada Sopar: verdura, ou i fruita	Mongetes blanques (xoriço i verdures) Truita de carbassó amb enciam i tomàquet. Fruita de temporada Sopar: sopa i carn f.	DINAR ESCOLLIT PELS ELS NENS
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Cigrons estofats amb verdures Suprema de lluç al forn amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada Sopar: sopa verdures i carn i fruita	Sopa de caldo amb pistons Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada Sopar: verdura , peix i fruita	Purè de verdures amb crostons de pa Tall rodó de llom rostí al forn amb xampinyons Fruita de temporada Sopar: verdura peix i fruita	Arròs caldós de peix (ecològic) Truita de pernil amb enciam i cogombre Fruita de temporada Sopar: verdura i carn i fruita	EEUU Macarrons amb formatge Hamburguesa vedella planxa amb ceba i tomàquet Gelats de xocolata
DILLUNS 30	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs amb tomàquet Llom milanesa amb tomàquet natural i olives Fruita de temporada Sopar: verdura i peix i fruita				



Els postres del menú (fruita) poden variar. Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat. Una vegada a la setmana hi haurà pa integral. Dos vegades al mes hi haurà producte ecològic.. S'utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir i cuinar i oli d'oliva verge per amanir.

L'empresa té a la disposició dels pares els ingredients al·lèrgicogenes (fitxes tècniques) que formen part de la dieta basal .Aquest menú ha estat dissenyat i supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.

Telèfon del servei de menjador : 626456443



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR **SENSE CARN**
CENTRE: **MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA**

NOVEMBRE 2020

DILLUNS 2 Cigrons estofats amb verdures Truita de patates amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 3 Crema de carbassó Bacallà al forn amb pastanaga ratllada i enciam Fruita de temporada	DIMECRES 4 Sopa de peix amb arròs Truita de carbassó amb tomàquet i cogombre Fruita de temporada	DIJOUS 5 Tallarins a la Napolitana (pebrots, ceba, tomàquet...) Boletes de formatge amb tomàquet i blat moro. Fruita temporada	DIVENDRES 6 Patates estofades amb pastanagues Suprema de lluç al forn amb enciam i cogombre . Iogurt Pa integral
DILLUNS 9 Macarrons amb tomàquet, pastanagues...) Crestes de tonyina amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 10 Llenties estofades verdures Truita de carbassó amb enciam i blat moro Fruita de temporada	DIMECRES 11 Sopa de verdures amb fideus (ecològics) Ous farcits de tonyina i tomàquet amb xampinyons Fruita de temporada	DIJOUS 12 Mongetes tendres amb patates Lluç al forn amb enciam i pastanaga . Iogurt	DIVENDRES 13 Paella de peix Hamburguesa coliflor i formatge amb tomàquet i ceba Iogurt Pa integral
DILLUNS 16 Fideus a la marinera Bacallà a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIMARTS 17 Coliflor amb patates Crestes de tonyina amb samfaina Fruita temporada	DIMECRES 18 Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb xampinyons) Fruita temporada	DIJOUS 19 Mongetes blanques estofades amb verdures) Truita de carbassó amb enciam i tomàquet. Fruita temporada	DIVENDRES 20 DINAR ESCOLLIT PELS ELS NENS
DILLUNS 23 Cigrons estofats amb verdures Suprema de lluç al forn amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	DIMARTS 24 Sopa de caldo amb pasta pistons Bacallà planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMECRES 25 Puré de verdures amb crostons de pa Croquetes de bacallà amb xampinyons Fruita de temporada	DIJOUS 26 Arròs caldós amb peix (ecològic) Truita francesa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIVENDRES 27 EEUU Macarrons amb formatge Hamburguesa coliflor i formatge planxa amb ceba i tomàquet Gelat de xocolata
DILLUNS 30 Arròs amb tomàquet Peix Limanda a l'andalusa amb tomàquet natural i olives Fruita temporada	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 	DIVENDRES

El postra del menú (fruita) pot variar. Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat. Una vegada a la setmana hi haurà pa integral. Dos vegades al mes hi haurà producte ecològic i dos vegades al mes producte integral. S'utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir i cuinar i oli d'oliva verge per amanir.

Aquest menú ha estat dissenyat i supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.

Telèfon del servei de menjador : **626456443**



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR SENSE LACTOSA

NOVEMBRE 2020

CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 2 Cigrons estofats amb verdures Truita de patates amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 3 Crema de carbassó Botifarra SL de pollastre al forn amb pastanaga ratllada i enciam Fruita de temporada	DIMECRES 4 Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots..). Fruita de temporada	DIJOUS 5 Tallarins a la Napolitana (pebrots, ceba, tomàquet...) Llom adobat a la planxa amb tomàquet i blat moro. Fruita temporada	DIVENDRES 6 Patates estofades amb pastanagues i costella porc Suprema de lluç al forn amb enciam i cogombre . Iogurt SL Pa integral
DILLUNS 9 Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Crestes tonyina amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 10 Llenties Riojana (xoriço i verdures) Truita de carbassó amb enciam i blat moro Fruita de temporada	DIMECRES 11 Sopa de pagès amb fideus (ecològics) Mandonguilles SL vedella a la jardineria(pèsols, pastanaga, patata...) Fruita de temporada	DIJOUS 12 Mongetes tendres amb patates Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga . Fruita temporada	DIVENDRES 13 Paella de peix Hamburguesa pollastre planxa amb ceba i tomàquet Iogurt SL Pa integral
DILLUNS 16 Fideus a la marinera Bacallà a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIMARTS 17 Coliflor amb patates Salsitxes porc al forn amb samfaina Fruita temporada	DIMECRES 18 Arròs amb tomàquet Pollastre al forn amb xampinyons) Fruita temporada	DIJOUS 19 Mongetes blanques(xoriço i verdures) Truita de carbassó amb enciam i tomàquet. Fruita temporada	DIVENDRES 20 DINAR ESCOLLIT PELS ELS NENS
DILLUNS 23 Cigrons estofats amb verdures Suprema de lluç al forn amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	DIMARTS 24 Sopa de caldo amb pistons Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMECRES 25 Purè de verdures amb crostons de pa Tall rodó de llom rostit al forn amb xampinyons Fruita de temporada	DIJOUS 26 Arròs ecològic caldós de peix Truita de pernil amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIVENDRES 27 EEUU Macarrons amb formatge SL HamburguesaSL vedella planxa amb ceba i tomàquet Gelat gel Pa integral
DILLUNS 30 Arròs amb tomàquet Llom milanesa amb tomàquet natural i olives Fruita temporada	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 	DIVENDRES

SENSE LACTOSA :SL

El postra del menú (fruita) pot variar.Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat. Una vegada a la setmana hi haurà pa integral.Dos vegades al mes hi haurà producte ecològic . S'utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir i cuinar i oli d'oliva verge per amanir.

Aquest menú ha estat dissenyat i supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels

Aliments.Nº de col.legiat 7255. Telèfon del servei de menjador : **626456443**



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR SENSE OU NOVEMBRE 2020
CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 2 Cigrons estofats amb verdures Bistec vedella planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 3 Crema de carbassó Botifarra de pollastre al forn amb pastanaga ratllada i enciam Fruita de temporada	DIMECRES 4 Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots..). Fruita de temporada	DIJOUS 5 Tallarins a la Napolitana (pebrots, ceba, tomàquet...) Llom adobat a la planxa amb tomàquet i blat moro. Fruita temporada	DIVENDRES 6 Patates estofades amb pastanagues i costella porc Suprema de lluç al forn amb enciam i cogombre . Iogurt Pa integral
DILLUNS 9 Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Bacallà amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 10 Llenties Riojana (xoriço i verdures) Llom planxa amb enciam i blat moro Fruita de temporada	DIMECRES 11 Sopa de pagès amb fideus (ecològics) Mandonguilles vedella a la jardineria(pèsols, pastanaga, patata...) Fruita de temporada	DIJOUS 12 Mongetes tendres amb patates Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga . Fruita temporada	DIVENDRES 13 Paella de peix Hamburguesa coliflor i formatge i tomàquet i ceba Iogurt Pa integral
DILLUNS 16 Fideus a la marinera Bacallà a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIMARTS 17 Coliflor amb patates Salsitxes porc al forn amb samfaina Fruita temporada	DIMECRES 18 Arròs amb tomàquet Pollastre al forn amb xampinyons) Fruita temporada	DIJOUS 19 Mongetes blanques(xoriço i verdures) Gall dindi planxa amb enciam i tomàquet. Fruita temporada	DIVENDRES 20 DINAR ESCOLLIT PELS ELS NENS
DILLUNS 23 Cigrons estofats amb verdures Suprema de lluç al forn amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	DIMARTS 24 Sopa de caldo amb pistons Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMECRES 25 Purè de verdures amb crostons de pa Tall rodó de llom rostit al forn amb xampinyons Fruita de temporada	DIJOUS 26 Arròs caldós ecològic de peix Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre Fruita temporada	DIVENDRES 27 EEUU Macarrons amb formatge Hamburguesa vedella planxa amb ceba i tomàquet Gelats de xocolata
DILLUNS 30 Arròs amb tomàquet Llom planxa amb tomàquet natural i olives Fruita temporada	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 	DIVENDRES

Total la pasta és sense ou

Les postres del menú (fruita) poden variar. Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat. Una vegada a la setmana hi haurà pa integral.Dos vegades al mes hi haurà producte ecològic. S'utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir i cuinar i oli d'oliva verge per amanir.

L'empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fitxes tècniques amb els ingredients al·lèrgicogens que formen part de la dieta basal .Aquest menú ha estat dissenyat i supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments.Nº de col·legiat 7255.

Telèfon del servei de menjador : 626456443



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR SENSE FRUITS SESCS

NOVEMBRE 2020 CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 2 Cigrons estofats amb verdures Truita de patates amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 3 Crema de carbassó Botifarra de pollastre al forn amb pastanaga ratllada i enciam Fruita de temporada	DIMECRES 4 Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots...). Fruita de temporada	DIJOUS 5 Tallarins a la Napolitana (pebrots, ceba, tomàquet...) Llom adobat a la planxa amb tomàquet i blat moro. Fruita temporada	DIVENDRES 6 Patates estofades amb pastanagues i costella porc Suprema de lluç al forn amb enciam i cogombre . Iogurt Pa integral
DILLUNS 9 Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Bacallà amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 10 Llenties Riojana (xoriço i verdures) Truita de carbassó amb enciam i blat moro Fruita de temporada	DIMECRES 11 Sopa de pagès amb fideus (ecològics) Mandonguilles vedella a la jardinera(pèsols, pastanaga, patata...) Fruita de temporada	DIJOUS 12 Mongetes tendres amb patates Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga . Fruita temporada	DIVENDRES 13 Paella de peix Hamburguesa de coliflor amb formatge i ceba i tomàquet Iogurt Pa integral
DILLUNS 16 Fideus a la marinera Bacallà a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIMARTS 17 Coliflor amb patates Salsitxes porc al forn amb samfaina Fruita temporada	DIMECRES 18 Arròs amb tomàquet Pollastre al forn amb xampinyons) Fruita temporada	DIJOUS 19 Mongetes blanques(xoriço i verdures) Truita de carbassó amb enciam i tomàquet Fruita temporada	DIVENDRES 20 DINAR ESCOLLIT PELS ELS NENS
DILLUNS 23 Cigrons estofats amb verdures Suprema de lluç al forn amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	DIMARTS 24 Sopa de caldo amb pistons Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMECRES 25 Puré de verdures amb crostons de pa Tall rodó de llom rostit al forn amb xampinyons Fruita de temporada	DIJOUS 26 Arròs caldós ecològic de peix Truita de pernil amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIVENDRES 27 EEUU Macarrons amb formatge Hamburguesa vedella planxa amb ceba i tomàquet Gelat de xocolata
DILLUNS 30 Arròs amb tomàquet Llom milanesa amb tomàquet natural i olives Fruita temporada	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 	DIVENDRES

Les postres del menú (fruita) poden variar. Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat. Una vegada a la setmana hi haurà pa integral.Dos vegades al mes hi haurà producte ecològic . S'utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir i cuinar i oli d'oliva verge per amanir.
L'empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fitxes tècniques amb els ingredients al·lèrgens que formen part de la dieta basal .Aquest menú ha estat dissenyat i supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments.Nº de col·legiat 7255.

Telèfon del servei de menjador : **626456443**



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR SENSE LLEGUMS

NOVEMBRE 2020

CENTRE : MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 2 Arròs amb tomàquet Trita de patates amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 3 Crema de carbassó Botifarra de pollastre al forn amb pastanaga ratllada i enciam Fruita de temporada	DIMECRES 4 Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, i pebrots...). Fruita de temporada	DIJOUS 5 Tallarins a la Napolitana (pebrots, ceba, tomàquet...) Llom adobat a la planxa amb tomàquet i blat moro. Fruita de temporada	DIVENDRES 6 Patates estofades amb pastanagues i costella porc Suprema de lluç al forn amb enciam i cogombre . Iogurt Pa integral
DILLUNS 9 Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Crestes tonyina amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 10 Patates Riojana (xoriço i verdures) Trita de carbassó amb enciam i blat moro Fruita de temporada	DIMECRES 11 Sopa de pagès amb fideus (ecològics) Mandonguilles vedella a la jardineria(pastanaga, patata, sense pèsols...) Fruita de temporada	DIJOUS 12 Mongetes tendres amb patates Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga . Fruita de temporada	DIVENDRES 13 Paella de peix Hamburguesa coliflor i formatge amb ceba i tomàquet Iogurt Pa integral
DILLUNS 16 Fideus a la marinera Bacallà a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIMARTS 17 Coliflor amb patates Salsitxes porc al forn amb samfaina Fruita de temporada	DIMECRES 18 Arròs amb tomàquet Pollastre al forn amb xampinyons) Fruita de temporada	DIJOUS 19 Purè de verdures Trita de carbassó amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	DIVENDRES 20 DINAR ESCOLLIT PELS ELS NENS
DILLUNS 23 Purè de patates Suprema de lluç al forn amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	DIMARTS 24 Sopa de caldo amb pistons Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMECRES 25 Purè de verdures amb crostons de pa Tall rodó de llom rostit al forn amb xampinyons Fruita de temporada	DIJOUS 26 Arròs caldós de peix Trita de pernil amb enciam i cogombre Fruita de temporada	DIVENDRES 27 EEUU Macarrons amb formatge Hamburguesa vedella planxa amb ceba i tomàquet Gelat de xocolata
DILLUNS 30 Arròs amb tomàquet Llom milanesa amb tomàquet natural i olives Fruita de temporada	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 	DIVENDRES

Les postres del menú (fruita) poden variar. Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat. Una vegada a la setmana hi haurà pa integral.Dos vegades al mes hi haurà producte ecològic. S'utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir i cuinar i oli d'oliva verge per amanir.

L'empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fitxes tècniques amb els ingredients al·lèrgicògens que formen part de la dieta basal .Aquest menú ha estat dissenyat i supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments.Nº de col·legiat 7255.

Telèfon del servei de menjador : **626456443**