



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR MARÇ 2021
CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA (DE DILLUNS A DIMARTS SENSE LACTOSA)

DILLUNS 1 Fideus caldosos amb costella porc Crestes de tonyina amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita Sopar: verdura , carn i fruita	DIMARTS 2 Crema de carbassó Hamburguesa pollastre planxa amb ceba i tomàquet natural Fruita temporada Sopar: patates, ou i fruita	DIMECRES 3 Espaguetis a la Napolitana (pebrots, tomàquet, ceba, i olives negres...) Truita de carbassó i tomàquet Fruita de temporada Sopar: verdura peix f	DIJOUS 4 Sopa de peix amb arròs Botifarra porc al forn amb salsa de tomàquet i pèsols Fruita temporada Sopar: sopa de verdures i ou i fruita	DIVENDRES 5 Mongetes blanques estofades amb verdures Peix Abadejo a l'andalusa amb enciam i olives Iogurt Pa integral Sopar: verdura carn i fruita
DILLUNS 8 Macarrons amb tomàquet , ceba i tonyina Truita de pernil amb enciam i olives Fruita de temporada Sopar: verdura, carn i fruita	DIMARTS 9 Llenties riojana (amb verdures i xoriço) Suprema de lluç al forn amb verdures Fruita de temporada Sopar: verdura, ou i fruita	DIMECRES 10 Arròs amb tomàquet Llom arrebossat amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada Sopar: sopa de verdures i peix	DIJOUS 11 Mongetes tendres amb patates, pastanagues i ceba Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet i cogombre Fruita temporada Sopar: verdura, peix i fruita	DIVENDRES 12 Sopa de pagès (amb fideus ecològics) Mandonguilles (vedella) estofades a la jardinera i xampinyons Iogurt Pa Integral Sopar: verdura, peix, fruita
DILLUNS 15 Espaguetis amb tomàquet , ceba, pebrots i bacon) Peix Limanda romana amb enciam i olives Fruita temporada Sopar: verdura, carn i fruita	DIMARTS 16 Coliflor amb patates Pernilets de pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada Sopar: verdura, ou i fruita	DIMECRES 17 Sopa d'hortalisses amb cigrons Salsitxes porc al forn amb tomàquet natural i olives Fruita temporada Sopar: verdura, peix i fruita	DIJOUS 18 Arròs caldós amb pollastre Truita de carbassó amb enciam i blat de moro Fruita temporada Sopar: sopa verdures i carn i fruita	DIVENDRES 19 Patates estofades amb pastanagues , pebrots i ceba Llom adobat planxa amb enciam i tomàquet natural Iogurt Pa integral Sopar: verdura , peix i ou
DILLUNS 22 Arròs amb tomàquet Hamburguesa pollastre amb enciam i olives Fruita temporada Sopar: verdura, peix i fruita	DIMARTS 23 Crema de carbassó Mandonguilles vedella estofades amb samfaina Fruita temporada Sopar.: patates i ou i fruita	DIMECRES 24 Macarrons bolonyesa (carn vedella , tomàquet, ceba i pastanaga, pebrots) Truita de patates amb tomàquet i blat de moro Fruita temporada Sopar: verdura, peix i fruita	DIJOUS 25 Patates Riojana (amb xoriço, ceba pastanagues) Lluç a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita temporada Sopar : verdura, carn i fruita	DIVENDRES 26 MARROC Sopa marroquí amb cigrons Tajin de pollastre amb cuscús Taronja amb mel Sopar: verdura i peix i fruita
DILLUNS 29	DIMARTS 30 VACANCES SETMANA SANTA	DIMECRES 31	DIJOUS 30 VACANCES SETMANA SANTA	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 CARN MARÇ 2021
CENTRE:

DILLUNS 1 Fideus caldosos amb verdures (pastanagues, pebrots) Crestes de tonyina amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita temporada	DIMARTS 2 Crema de carbassó Hamburguesa de peix planxa amb ceba i tomàquet natural Fruita temporada	DIMECRES 3 Espaguetis a la Napolitana (pebrots, tomàquet, ceba, i olives negres...) Truita de carbassó i tomàquet Fruita de temporada	DIJOUS 4 Sopa de peix amb arròs Hamburguesa vegetal amb salsa de tomàquet i pèsols Fruita temporada	DIVENDRES 5 Mongetes blanques estofades amb verduretes Peix Abadejo a l'andalusa amb enciam i olives Iogurt Pa integral
DILLUNS 8 Macarrons amb tomàquet, ceba i tonyina Truita de xampinyons amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 9 Llenties riojana (amb verdures) Suprema de lluç al forn amb verduretes Fruita de temporada	DIMECRES 10 Arròs amb tomàquet Crestes de tonyina amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	DIJOUS 11 Mongetes tendres amb patates, pastanagues i ceba Bacallà al forn amb tomàquet i cogombre Fruita temporada	DIVENDRES 12 Sopa de pagès de verdures (amb fideus ecològics) Ous durs farcits amb tonyina, tomàquet i maionesa i xampinyons Iogurt Pa Integral
DILLUNS 15 Espaguetis amb tomàquet Peix Limanda romana amb enciam i olives Fruita temporada	DIMARTS 16 Coliflor amb patates Truita de tonyina amb xampinyons Fruita de temporada	DIMECRES 17 Sopa d'hortalisses amb cigrons Hamburguesa d'espinaç amb tomàquet natural i olives Fruita temporada	DIJOUS 18 Arròs caldós amb verdures Truita de carbassó amb enciam i blat de moro Fruita temporada	DIVENDRES 19 Patates estofades amb pastanagues, pebrots i ceba Peix Abadejo a l'andalusa amb enciam i tomàquet Iogurt Pa integral
DILLUNS 22 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal amb enciam i olives Fruita temporada	DIMARTS 23 Crema de carbassó Crestes de tonyina amb samfaina Fruita temporada	DIMECRES 24 Macarrons amb tomàquet i pebrots Truita de patates amb tomàquet i blat de moro Fruita temporada	DIJOUS 25 Patates Riojana (amb ceba i pastanagues) Lluç a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita temporada	DIVENDRES 26 MARROC Sopa marroquí amb cigrons Hamburguesa de peix amb cuscús Taronja amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30 VACANCES SETMANA SANTA	DIMECRES 31	DIJOUS 30 VACANCES SETMANA SANTA	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.

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

MARÇ 2021

CENTRE:

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
Fideus caldosos amb costella porc	Crema de carbassó	Espaguetis a la Napolitana (pebrots, tomàquet, ceba, i olives negres...)	Sopa de peix amb arròs	Mongetes blanques estofades amb verduretes
Crestes de tonyina amanida d'enciam i tomàquet	Hamburguesa pollastre SL planxa amb ceba i tomàquet natural	Truita de carbassó i tomàquet	Botifarra porc SL al forn amb salsa de tomàquet i pèsols	Peix Abadejo a l'andalusa amb enciam i olives
Fruita	Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt SL Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons amb tomàquet, ceba i tonyina	Llenties riojana (amb verdures i xoriço)	Arròs amb tomàquet	Mongetes tendres amb patates, pastanagues i ceba	Sopa de pagès (amb fideus ecològics)
Truita de pernil	Suprema de lluç al forn amb verduretes	Llom arrebossat amb enciam i pastanaga ratllada	Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet i cogombre	Mandonguilles SL(vedella) estofades a la jardineria i xampinyons
Amb enciam i olives	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt SL Pa Integral
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Espaguetis amb tomàquet i bacon)	Coliflor amb patates	Sopa d'hortalisses amb cigrons	Arròs caldós amb pollastre	Patates estofades amb pastanagues, pebrots i ceba
Peix Limanda romana amb enciam i olives	Pernilets de pollastre al forn amb xampinyons	Salsitxes porc SL al forn amb tomàquet natural i olives	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro	Llom adobat planxa amb enciam i tomàquet natural
Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Iogurt SL Pa integral
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Arròs amb tomàquet	Crema de carbassó	Macarrons bolonyesa (carn vedella, tomàquet, ceba, pebrots)	Patates Riojana (amb xoriço, ceba pastanagues)	MARROC
Hamburguesa pollastre SL planxa amb enciam i olives	Mandonguilles vedella SL estofades amb samfaina	Truita de patates amb tomàquet i blat de moro	Lluç a l'andalusa amb enciam i cogombre	Sopa marroquí amb cigrons
Fruita temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Tajín de pollastre amb cuscús
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS 30	DIVENDRES
	VACANCES SETMANA SANTA		VACANCES SETMANA SANTA	

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 MARÇ 2021
CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
Fideus caldosos amb costella porc	Crema de carbassó	Espaguetis a la Napolitana (pebrots, tomàquet, ceba, i olives negres...)	Sopa de peix amb arròs	Mongetes blanques estofades amb verdures
Lluç planxa amb amanida d'enciam i tomàquet	Hamburguesa pollastre planxa amb ceba i tomàquet natural	Gall dindi planxa i tomàquet	Botifarra porc al forn amb salsa de tomàquet i pèsols	Peix Abadejo a l'andalusa amb enciam i olives
Fruita	Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons amb tomàquet, ceba i tonyina	Llenties riojana (amb verdures i xoriço)	Arròs amb tomàquet	Mongetes tendres amb patates, pastanagues i ceba	Sopa de pagès (amb fideus ecològics)
Gall dindi planxa amb enciam i olives	Suprema de lluç al forn amb verdures	Llom planxa amb enciam i pastanaga ratllada	Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet i cogombre	Mandonguilles (vedella) estofades a la jardineria i xampinyons
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt Pa Integral
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Espaguetis amb tomàquet i bacon)	Coliflor amb patates	Sopa d'hortalisses amb cigrons	Arròs caldós amb pollastre	Patates estofades amb pastanagues, pebrots i ceba
Peix Limanda al forn amb enciam i olives	Pernilets de pollastre al forn amb xampinyons	Salsitxes porc al forn amb tomàquet natural i olives	Bistec vedella planxa amb enciam i blat de moro	Llom adobat planxa amb enciam i tomàquet natural
Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Iogurt Pa integral
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Arròs amb tomàquet	Crema de carbassó	Macarrons bolonyesa (tomàquet, carn vedella, ceba, pebrots)	Patates Riojana (amb xoriço, ceba pastanagues)	MARROC
Hamburguesa pollastre planxa amb enciam i olives	Mandonguilles vedella estofades amb samfaina	Llom planxa amb tomàquet i blat de moro	Lluç a l'andalusa amb enciam i cogombre	Sopa marroquí amb cigrons
Fruita temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Tajin de pollastre amb cuscús
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS 30	DIVENDRES
	VACANCES SETMANA SANTA		VACANCES SETMANA SANTA	

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·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



ologia dels Aliments.Nº de col·legiat 7255.

veï de menjador : 626456443

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

MARÇ 2021 CENTRE: **MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA**

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
Fideus caldosos amb costella porc	Crema de carbassó	Espaguetis a la Napolitana (pebrots, tomàquet, ceba, i olives negres...) i formatge	Sopa de peix amb arròs	Mongetes blanques estofades amb verdures
Crestes de tonyina amb amanida d'enciam i tomàquet	Hamburguesa pollastre planxa amb ceba i tomàquet natural	Truita de carbassó i tomàquet	Botifarra porc al forn amb salsa de tomàquet i pèsols	Peix Abadejo a l'andalusa amb enciam i olives
Fruita	Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons amb tomàquet, ceba i tonyina	Llenties riojana (amb verdures i xoriço)	Arròs amb tomàquet	Mongetes tendres amb patates, pastanagues i ceba	Sopa de pagès (amb fideus ecològics)
Truita de pernil amb enciam i olives	Suprema de lluç al forn amb verdures	Llom arrebossat amb enciam i pastanaga ratllada	Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet i cogombre	Mandonguilles (vedella) estofades a la jardineria i xampinyons
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt Pa Integral
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Espaguetis amb tomàquet i bacon)	Coliflor amb patates	Sopa d'hortalisses amb cigrons	Arròs caldós amb pollastre	Patates estofades amb pastanagues, pebrots i ceba
Peix Limanda romana amb enciam i olives	Pernilets de pollastre al forn amb xampinyons	Salsitxes porc al forn amb tomàquet natural i olives	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro	Llom adobat planxa amb enciam i tomàquet natural
Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Iogurt Pa integral
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Arròs amb tomàquet	Crema de carbassó	Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, ceba, pebrots)	Patates Riojana (amb xoriço, ceba pastanagues)	MARROC
Hamburguesa pollastre planxa amb enciam i olives	Mandonguilles vedella estofades amb samfaina	Truita de patates amb tomàquet i blat de moro	Lluç a l'andalusa amb enciam i cogombre	Sopa marroquí amb cigrons
Fruita temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Fruita temporada	Tajín de pollastre amb cuscús
				Taronja amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS 30	DIVENDRES
	VACANCES SETMANA SANTA		VACANCES SETMANA SANTA	

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

MARÇ 2021

CENTRE : MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 1 Fideus caldosos amb costella porc Crestes de tonyina amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita	DIMARTS 2 Crema de carbassó Hamburguesa pollastre planxa amb ceba i tomàquet natural Fruita temporada	DIMECRES 3 Espaguetis a la Napolitana (pebrots, tomàquet, ceba, i olives negres...) Truita de carbassó i tomàquet Fruita de temporada	DIJOUS 4 Sopa de peix amb arròs Botifarra porc al forn amb salsa de tomàquet Fruita temporada	DIVENDRES 5 Patates estofades amb verdures Peix Abadejo a l'andalusa amb enciam i olives Iogurt Pa integral
DILLUNS 8 Macarrons amb tomàquet, ceba i tonyina Truita de pernil amb enciam i olives Fruita de temporada	DIMARTS 9 Patates estofades amb xoriço Suprema de lluç al forn amb verdures Fruita de temporada	DIMECRES 10 Arròs amb tomàquet Llom arrebossat amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	DIJOUS 11 Coliflor amb patates, pastanagues i ceba Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet i cogombre Fruita temporada	DIVENDRES 12 Sopa de pagès (amb fideus ecològics) Mandonguilles (vedella) estofades a la jardineria sense pèsols i xampinyons Iogurt Pa Integral
DILLUNS 15 Espaguetis amb tomàquet i bacon Peix Limanda romana amb enciam i olives Fruita temporada	DIMARTS 16 Coliflor amb patates Pernilets de pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada	DIMECRES 17 Sopa d'hortalisses Salsitxes porc al forn amb tomàquet natural i olives Fruita temporada	DIJOUS 18 Arròs caldós amb pollastre Truita de carbassó amb enciam i blat de moro Fruita temporada	DIVENDRES 19 Patates estofades amb pastanagues, pebrots i ceba Llom adobat planxa amb enciam i tomàquet natural Iogurt Pa integral
DILLUNS 22 Arròs amb tomàquet Hamburguesa pollastre planxa amb enciam i olives Fruita temporada	DIMARTS 23 Crema de carbassó Mandonguilles vedella estofades amb samfaina Fruita temporada	DIMECRES 24 Macarrons bolonyesa (amb tomàquet, carn vedella, ceba, pebrots) Truita de patates amb tomàquet i blat de moro Fruita temporada	DIJOUS 25 Patates Riojana (amb xoriço, ceba pastanagues) Lluç a l'andalusa amb enciam i cogombre Fruita temporada	DIVENDRES 26 MARROC Sopa marroquí amb verdures Tajin de pollastre amb cuscús Taronja amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS 30	DIVENDRES
	VACANCES SETMANA SANTA		VACANCES SETMANA SANTA	

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. N° de col·legiat 7255.

Telèfon del servei de menjador : **626456443**

