



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L.

MENÚ ESCOLAR

NOVEMBRE 2021

CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA (ESPARREGUERA) SENSE LLET DE DILLUNS-DIJOUS

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTA	Llenties estofades amb pastanagues i xoriço Crestes de tonyina al forn amb xampinyons saltejats Fruita temporada Sopar: verdura, ou i fruita	Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots..). Fruita de temporada Sopar: verdura, peix, f	Patates estofades amb pastanagues i pèsols Suprema de lluç a la romana amb enciam i cogombre . Fruita temporada Sopar: verdura, carn, fruita	Espaguetis integral a la carbonara (crema de llet, bacon) i formatge Hamburguesa coliflor i formatge amb ceba i tomàquet Iogurt Pa integral Sopar: verdures ,carn, fruita
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Sopar: verdura i carn i fruita	Cigrons estofats amb verdures Peix Gallineta a l'andalusa amb enciam i blat moro Fruita de temporada sopar: verdura amb carn i fruita	Arròs caldós amb verduretes Hamburguesa de pollastre planxa amb ceba i tomàquet Fruita de temporada Sopar: verdura, peix i fruita	Mongetes tendres amb patates Tall rodó de llom rostit amb tomàquet i xampinyons Fruita temporada Sopar: sopa verdures i ou i f.	Sopa d'hortalisses amb fideus (ecològics) Pollastre al forn amb samfaina Pa integral Iogurt sopar: verdura i peix i fruita
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb verdures Fruita de temporada Sopar: verdura, carn i f.	Crema de carbassó Llom adobat planxa amb enciam i olives Fruita temporada Sopar: arròs, peix i f.	Potatge de cigrons (amb bledes) Gall dindi estofat amb xampinyons) Fruita temporada Sopar: verdura, ou i fruita	Patates Riojana (amb xoriço) Truita de carbassó amb enciam i blat de moro. Fruita temporada Sopar: sopa i carn f.	MENÚ ESCOLLIT PELS USUARIS DE MENJADOR
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa mixta planxa amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada Sopar: sopa verdures i carn i fruita	Tallarins amb tomàquet , ceba i pebrots Peix abadejo al forn amb verduretes Fruita de temporada Sopar: verdura , carn i fruita	Purè de verdures amb crostons de pa Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada Sopar: verdura peix i fruita	Arròs caldós de peix (amb arròs ecològic) Truita de carbassó amb enciam i cogombre Fruita de temporada Sopar: verdura i carn i fruita	RUSSIA SHCHI (Sopa de Col, amb patates, pastanagues, ceba, pollastre) Carn a la Siberiana(carn de porc estofada amb bolets, ceba, pastanaga i suc de llimona) Iogurt natural amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs amb tomàquet Truita de patates amb enciam i olives Fruita temporada Sopar: verdura, carn i fruita	Coliflor amb patates Mandonguilles (mixtes) amb salsa de tomàquet i pèsols Fruita temporada Sopar: sopa , peix i carn			

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



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR **SENSE PORC**

NOVEMBRE 2021

CENTRE: **MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA (ESPARREGUERA)**

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTA	Llenties estofades amb pastanagues i pebrots Crestes de tonyina al forn amb xampinyons saltejats Fruita temporada	Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots..). Fruita de temporada	Patates estofades amb pastanagues i pèsols Suprema de lluç a la romana amb enciam i cogombre . Fruita temporada	Espaguetis integral a la carbonara (crema de llet) i formatge Hamburguesa coliflor i formatge amb ceba i tomàquet Iogurt Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures Peix Gallineta a l'andalus amb enciam i blat moro Fruita de temporada	Arròs caldós amb verduretes Hamburguesa de pollastre planxa amb ceba i tomàquet Fruita de temporada	Mongetes tendres amb patates Remenat d'ou amb tomàquet i xampinyons Fruita temporada	Sopa d'hortalisses amb fideus (ecològics) Pollastre al forn amb samfaina Pa integral Iogurt
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb verdures Fruita de temporada	Crema de carbassó Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita temporada	Potatge de cigrons (amb bledes) Gall dindi estofat amb xampinyons) Fruita temporada	Patates Riojana (amb xoriço de pavo) Truita de carbassó amb enciam i blat de moro. Fruita temporada	MENÚ ESCOLLIT PELS USUARIS DE MENJADOR
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de pollastre planxa amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	Tallarins amb tomàquet , ceba i pebrots Peix abadejo al forn amb verduretes Fruita de temporada	Purè de verdures amb crostons de pa Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs caldós de peix (amb arròs ecològic) Truita de carbassó amb enciam i cogombre Fruita de temporada	RUSSIA SHCHI (Sopa de Col, amb patates, pastanagues, ceba,pollastre) Carn a la Siberiana(pollastre estofat amb bolets, ceba, pastanaga i suc de llimona) Iogurt natural amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs amb tomàquet Truita de patates amb enciam i olives Fruita temporada	Coliflor amb patates Mandonguilles (vedella) amb salsa de tomàquet i pèsols Fruita temporada			

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.Nº de col·legiat 7255.



del servei de menjador :

INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR SENSE CARN NOVEMBRE 2021
CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTA	Llenties estofades amb pastanagues	Sopa de peix amb arròs	Patates estofades amb pastanagues i pèsols	Espaguetis integrals a la carbonara (crema de llet i formatge)
	Crestes de tonyina al forn amb xampinyons saltejats	Hamburguesa de Kale amb ceba i tomàquet	Suprema de lluç a la romana amb enciam i cogombre .	Hamburguesa coliflor i formatge amb ceba i tomàquet
	Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt
				Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons amb tomàquet, pastanagues...)	Cigrons estofats amb verdures	Arròs caldós amb verduretes	Mongetes tendres amb patates	Sopa d'hortalisses amb fideus (ecològics)
Truita de carbassó amb enciam i olives	Peix Gallineta a l'andalusa amb enciam i blat moro	Suprema de lluç planxa amb ceba i tomàquet	Remenat d'ou amb tomàquet i xampinyons	Boletes de formatge amb samfaina
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Pa integral
				Iogurt
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Arròs amb tomàquet	Crema de carbassó	Potatge de cigrons (amb bledes)	Patates amb pastanagues, ceba	MENÚ ESCOLLIT
Lluç al forn amb verdures	Hamburguesa de llegums planxa amb enciam i olives	Ous durs amb xampinyons)	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro. Fruita temporada	PELS USUARIS DE MENJADOR
Fruita de temporada	Fruita temporada	Fruita temporada		
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Cigrons estofats amb verdures	Tallarins amb tomàquet , ceba i pebrots	Purè de verdures amb crostons de pa	Arròs caldós de peix (amb arròs ecològic)	RUSSIA
Hamburguesa vegetal planxa amb tomàquet natural i blat moro	Peix abadejo al forn amb verduretes	Hamburguesa kale planxa amb enciam i olives	Truita de carbassó amb enciam i cogombre	SHCHI (Sopa de Col, amb patates, pastanagues, ceba.)
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	(Lluç amb bolets, ceba, pastanaga i suc de llimona)
				Iogurt natural amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs amb tomàquet	Coliflor amb patates			
Truita de patates amb enciam i olives	Peix Limanda amb salsa de tomàquet i pèsols			
Fruita temporada	Fruita temporada			

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.Nº de col·legiat 7255. Telèfon del servei de menjador :



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR SENSE GLUTEN NOVEMBRE 2021
CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTA	Llenties estofades amb pastanagues i xoriço Pollastre planxa amb xampinyons saltejats Fruita temporada	Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots..). Fruita de temporada	Patates estofades amb pastanagues i pèsols Suprema de lluç a la planxa amb enciam i cogombre . Fruita temporada	Espaguetis SG a la carbonara (crema de llet, bacon) i formatge Botifarra porc SG planxa amb ceba i tomàquet Iogurt
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons SGbolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures Peix Gallineta a la planxa amb enciam i blat moro Fruita de temporada	Arròs caldós amb verduretes Hamburguesa de pollastreSG planxa amb ceba i tomàquet Fruita de temporada	Mongetes tendres amb patates Tall rodó rostit amb tomàquet i xampinyons Fruita temporada	Sopa d'hortalisses amb fideus SG Pollastre al forn amb samfaina Iogurt
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb verdures Fruita de temporada	Crema de carbassó Llom adobat planxa amb enciam i olives Fruita temporada	Potatge de cigrons (amb bledes) Gall dindi estofat amb xampinyons) Fruita temporada	Patates Riojana (amb xoriço) Truita de carbassó amb enciam i blat de moro. Fruita temporada	MENÚ ESCOLLIT PELS USUARIS DE MENJADOR
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa mixta SG planxa amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	Tallarins SG amb tomàquet , ceba i pebrots Peix abadejo al forn amb verduretes Fruita de temporada	Purè de verdures Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs caldós de peix (amb arròs ecològic) Truita de carbassó amb enciam i cogombre Fruita de temporada	RUSSIA SHCHI (Sopa de Col, amb patates, pastanagues, ceba,pollastre) Carn a la Siberiana(carn de porc estofada amb bolets, ceba, pastanaga i suc de llimona) Iogurt natural amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs amb tomàquet Truita de patates amb enciam i olives Fruita temporada	Coliflor amb patates Mandonguilles SG(mixtes) amb salsa de tomàquet i pèsols Fruita temporada			

SG: Sense Gluten. Tota la pasta i el tomàquet fregit és sense gluten.

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.Nº de col·legiat 7255. Telèfon del servei de menjador :



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L.

MENÚ ESCOLAR SENSE LACTOSA

NOVEMBRE 2021

CENTRE: MARE DE DEU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTA	Llenties estofades amb pastanagues i xoriço Pollastre planxa amb xampinyons saltejats Fruita temporada	Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots..). Fruita de temporada	Patates estofades amb pastanagues i pèsols Suprema de lluç a la romana amb enciam i cogombre . Fruita temporada	Espaguetis integrals a la carbonara (crema de llet SL, bacon) i formatge SL Botifarra porc planxa SL amb ceba i tomàquet logurt SL Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures Peix Gallineta a l'andalus amb enciam i blat moro Fruita de temporada	Arròs caldós amb verduretes Hamburguesa de pollastre SL planxa amb ceba i tomàquet Fruita de temporada	Mongetes tendres amb patates Tall rodó de llom rostit amb tomàquet i xampinyons Fruita temporada	Sopa d'hortalisses amb fideus (ecològics) Pollastre al forn amb samfaina Pa integral logurt SL
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb verdures Fruita de temporada	Crema de carbassó Llom adobat planxa amb enciam i olives Fruita temporada	Potatge de cigrons (amb bledes) Gall dindi estofat amb xampinyons) Fruita temporada	Patates Riojana (amb xoriço) Truita de carbassó amb enciam i blat de moro. Fruita temporada	MENÚ ESCOLLIT PELS USUARIS DE MENJADOR
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa mixta SL planxa amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	Tallarins amb tomàquet , ceba i pebrots Peix abadejo al forn amb verduretes Fruita de temporada	Purè de verdures amb crostons de pa Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs caldós de peix (amb arròs ecològic) Truita de carbassó amb enciam i cogombre Fruita de temporada	RUSSIA SHCHI (Sopa de Col, amb patates, pastanagues, ceba,pollastre) Carn a la Siberiana(carn de porc estofada amb bolets, ceba, pastanaga i suc de llimona) logurt natural SL amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs amb tomàquet Truita de patates amb enciam i olives Fruita temporada	Coliflor amb patates Mandonguilles (mixtes)SL amb salsa de tomàquet i pèsols Fruita temporada			

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 :



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR SENSE OU NOVEMBRE 2021

CENTRE: MARE DE DÉU DE LA MUNTANYA

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTA	Llenties estofades amb pastanagues i xoriço Pollastre planxa amb xampinyons saltejats Fruita temporada	Sopa de peix amb arròs Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots..). Fruita de temporada	Patates estofades amb pastanagues i pèsols Suprema de lluç a la planxa amb enciam i cogombre Fruita temporada	Espaguetis integrals a la carbonara (crema de llet i bacon) Botifarra porc planxa amb enciam i cogombre . Iogurt Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...) i formatge Llom planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures Peix Gallineta a l'andalus amb enciam i blat moro Fruita de temporada	Arròs caldós amb verduretes Hamburguesa pollastre planxa amb tomàquet i blat de moro Fruita de temporada	Mongetes tendres amb patates Tall rodó de llom amb tomàquet i xampinyons Fruita temporada	Sopa d'hortalisses amb fideus (ecològics) Pollastre al forn amb samfaina Pa integral Iogurt
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb verdures Fruita de temporada	Crema de carbassó Llom adobat planxa amb enciam i olives Fruita temporada	Potatge de cigrons (amb bledes) Gall dindi estofats amb xampinyons Fruita temporada	Patates Riojana (amb xoriço) Bistec vedella planxa amb enciam i blat de moro Fruita temporada	MENÚ ESCOLLIT PELS USUARIS DE MENJADOR
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa mixta amb tomàquet natural i blat moro Fruita de temporada	Tallarins amb tomàquet, ceba i pebrots Peix abadejo al forn amb verduretes Fruita de temporada	Puré de verdures amb crostons de pa Pit de pollastre planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs caldós de peix (amb arròs ecològic) Bistec vedella planxa amb enciam i cogombre Fruita temporada	RUSSIA SHCHI (Sopa de Col, amb patates, pastanagues, ceba,pollastre) Carn a la Siberiana(carn de porc estofada amb bolets, ceba, pastanaga i suc de llimona) Iogurt natural amb mel
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

Arròs amb tomàquet Coliflor amb patates

Llom planxa amb enciam i olives Mandonguilles (mixtes) amb salsa de tomàquet i pèsols

Fruita temporada Fruita temporada



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



logia de Laboratoris Miralles. responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Tecnologia dels Aliments.Nº de col·legiat 7255.

el servei de menjador :

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

NOVEMBRE 2021 CENTRE:

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTA	Llenties estofades amb pastanagues i xoriço	Sopa de peix amb arròs	Patates estofades amb pastanagues i pèsols	Espaguetis integral a la carbonara (crema de llet, bacon) i formatge
	Crestes de tonyina al forn amb xampinyons saltejats	Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, pèsols i pebrots..).	Suprema de lluç a la romana amb enciam i cogombre .	Hamburguesa coliflor i formatge amb ceba i tomàquet
	Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt
				Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...)	Cigrons estofats amb verdures	Arròs caldós amb verduretes	Mongetes tendres amb patates	Sopa d'hortalisses amb fideus (ecològics)
Truita de carbassó amb enciam i olives	Peix Gallineta a l'andalusa amb enciam i blat moro	Hamburguesa de pollastre planxa amb ceba i tomàquet	Tall rodó de llom rostit amb tomàquet i xampinyons	Pollastre al forn amb samfaina
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Pa integral
				Iogurt
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Arròs amb tomàquet	Crema de carbassó	Potatge de cigrons (amb bledes)	Patates Riojana (amb xoriço)	MENÚ ESCOLLIT
Lluç al forn amb verdures	Llom adobat planxa amb enciam i olives	Gall dindi estofat amb xampinyons)	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro. Fruita temporada	PELS USUARIS DE MENJADOR
Fruita de temporada	Fruita temporada	Fruita temporada		
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Cigrons estofats amb verdures	Tallarins amb tomàquet , ceba i pebrots	Purè de verdures amb crostons de pa	Arròs caldós de peix (amb arròs ecològic)	RUSSIA
Hamburguesa mixta planxa amb tomàquet natural i blat moro	Peix abadejo al forn amb verduretes	Pit de pollastre planxa amb enciam i olives	Truita de carbassó amb enciam i cogombre	SHCHI (Sopa de Col, amb patates, pastanagues, ceba,pollastre)
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Carn a la Siberiana(carn de porc estofada amb bolets, ceba, pastanaga i suc de llimona)
				Iogurt natural amb mel

DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs amb tomàquet	Coliflor amb patates			
Truita de patates amb enciam i olives	Mandonguilles (mixtes) amb salsa de tomàquet i pèsols			
Fruita temporada	Fruita temporada			

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·lèrgogens que formen part de la dieta basal .Aquest menú ha estat dissenyat i supervisat pel Departament de Nutrició i Tecnologia de Laboratoris Miralles. responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en el servei de menjador :



INSIGNE GESTIO INTEGRAL S.L. MENÚ ESCOLAR SENSE LLEGUMS NOVEMBRE 2021

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTA	Coliflor bullida	Sopa de peix amb arròs	Patates estofades amb pastanagues i ceba	Espaguetis integral a la carbonara (crema de llet, bacon) i formatge
	Crestes de tonyina al forn amb xampinyons saltejats	Estofat de gall dindi amb verdures (pastanaga, i pebrots..).	Suprema de lluç a la romana amb enciam i cogombre .	Hamburguesa coliflor i formatge amb ceba i tomàquet
	Fruita temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt Pa integral
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons bolonyesa(carn vedella, tomàquet, pastanagues...)	Purè de verdures	Arròs caldós amb verduretes	Bledes amb patates	Sopa d'hortalisses amb fideus (ecològics)
Truita de carbassó amb enciam i olives	Peix Gallineta a l'andalus amb enciam i blat moro	Hamburguesa de pollastre planxa amb ceba i tomàquet	Tall rodó de llom rostit amb tomàquet i xampinyons	Pollastre al forn amb samfaina Pa integral
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita temporada	Iogurt
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Arròs amb tomàquet	Crema de carbassó	Bledes amb patates	Patates Riojana (amb xoriço)	MENÚ ESCOLLIT PELS USUARIS DE MENJADOR
Lluç al forn amb verdures	Llom adobat planxa amb enciam i olives	Gall dindi estofat amb xampinyons	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro. Fruita temporada	
Fruita de temporada	Fruita temporada	Fruita temporada		
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Patates estofades	Tallarins amb tomàquet , ceba i pebrots	Purè de verdures amb crostons de pa	Arròs caldós de peix (amb arròs ecològic)	RUSSIA SHCHI (Sopa de Col, amb patates, pastanagues, ceba,pollastre) Carn a la Siberiana(carn de porc estofada amb bolets, ceba, pastanaga i suc de llimona)
Hamburguesa mixta planxa amb tomàquet natural i blat moro	Peix abadejo al forn amb verduretes	Pit de pollastre planxa amb enciam i olives	Truita de carbassó amb enciam i cogombre	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				Iogurt natural amb mel

Arròs amb tomàquet

Coliflor amb patates

Truita de patates amb enciam i olives

Mandonguilles (mixtes) amb salsa de tomàquet

Fruita temporada

Fruita temporada



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·lèrgògens 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 :

