



DILLUNS

1
FESTA

DIMARTS

2
FESTA

DIMECRES

3 Arròs amb tomàquet
Remenat d'ou amb tomàquet
i pastanaga
i remolatxa
Pinya en suc
Sopar: verdura, peix i f.

DIJOUS

4 Llenties estofades
amb verdures

Lluç al forn a la
jardinera
Fruita
Sopar: sopa verdures ou i f.

DIVENDRES

5 Amanida de pasta
(tomàquet, tonyina,
blat moro)
Hamburguesa mixta
amb ceba i tomàquet
natural. Fruita
Sopar: verdura, peix i f.

8 Macarrons amb
tomàquet, ceba i
albergínies
Truita de pernil amb
enciam i olives
Fruita
Sopar: verdura, carn i f.

9 Crema de carbassa
Cigrons estofats
Riojana amb
xoriço.
Fruita
Sopar: sopa verdures, peix i f.

10 Arròs caldós
de peix
Hamburguesa vedella
al forn amb enciam
Fruita
Sopar: verdura, carn i f.

11 Amanida russa
Peix a l'andalusa
amb
tomàquet i remolatxa
Fruita
Sopar: patates, ou i f.

12 Fideus
amb verdures
Llom planxa
amb enciam
Fruita
Sopar: verdura, peix i f.

15 Crema de verdures
Peix al forn amb
enciam i olives
Fruita
Sopar: patates, carn, f.

16 Llenties estofades
amb verdures
Truita de carbassó
amb tomàquet i blat de moro.
Fruita
Sopar: verdura, peix i f.

17 Coliflor amb patates

Peix al forn amb
xampinyons
Fruita
**Sopar: sopa verdures
amb carn i f.**

18 Sopa d'hortalisses

Botifarra porc al forn
amb enciam
Fruita
sopar: verdura, peix i f.

19 **HAWAII**
Amanida Hawaina
(pasta, pinya, blat
moro, tomàquet)
Pollastre amb pinya
amb arròs blanc
Banana

22 Arròs tres delícies
Peix a l'andalusa
amb remolatxa
Fruita
Sopar: verdura, carn i f.

23 Mongetes tendres
amb patates
Hamburguesa mixta
al forn amb salsa
tomàquet i pèsols
Fruita
Sopar: sopa, peix i f.

24 Macarrons bolonyesa
(carn vedella, ceba,
tomàquet)
Crestes tonyina
al forn amb enciam
Fruita
Sopar: verdura, ou i f.

25 Cigrons estofats amb
pastanagues
Truita de patates
amb enciam
Fruita
Sopar: verdura, carn i f.

26 Amanida de patata
(tonyina, tomàquet,
ou i pebrots)
Pollastre amb samfaina
Fruita
Sopar: verdura, peix i f.

29 Fideua
Truita de carbassó
amb enciam
Fruita
Sopar: verdura, carn i f.

30 Arròs amb tomàquet
Peix al forn amb
verduretes i
tomàquet
Fruita
Sopar: verdura, ou f.

31 Empedrat de
mongetes blanques
Mandonguilles vedella
estofades amb
xampinyons
Fruita
Sopar: verdura, peix, f.

La pasta, arròs i pa seràn integrals. El iogurt serà natural sense sucre. Les postres del menú (fruita) poden variar. Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat.
S'utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir/cuinar, oli d'oliva verge per amanir. Iogurt natural sense sucre.
L'empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fitxes tècniques amb els ingredients al.lergògens que formen part de la dieta bàsica. 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 tecnologia dels Aliments.
Nº de col·legiat 7255. Telèfon del servei de menjador : 93 298 16 60 Insigne Gestió Integral S.L.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTA	2 FESTA	3 Arròs amb tomàquet Remenat d'ou amb tomàquet i remolatxa Pinya en suc	4 Lenties estofes amb verdures Lluç al forn a la jardinera Fruita	5 Amanida de pasta (blat de moro, tomàquet, tonyina) Hamburguesa vedella al forn amb ceba i tomàquet natural Fruita
8 Macarrons amb tomàquet, ceba i albergínies Truita de francesa amb enciam i olives Fruita	9 Crema de carbassa Cigrons estofats amb verdures Fruita	10 Arròs caldós de peix Hamburguesa vedella al forn amb enciam Fruita	11 Amanida russa Peix a l'andalusa amb tomàquet i remolatxa Fruita	12 Fideus amb verdures Pollastre planxa amb enciam Fruita
15 Crema de verdures Peix al forn amb enciam i olives Fruita	16 Lenties estofades amb verdures Truita de carbassó amb tomàquet i blat de moro Fruita	17 Coliflor amb patates Peix al forn amb xampinyons Fruita	18 Sopa d'hortalisses Botifarra pollastre al forn amb enciam Fruita	19 HAWAII Amanida Hawaina (pasta, pinya, blat moro, tomàquet) Pollastre amb pinya amb arròs blanc Banana
22 Arròs tres delícies Peix a l'andalusa amb remolatxa Fruita	23 Mongetes tendres amb patates Hamburguesa vegetal al forn amb salsa tomàquet i pèsols Fruita	24 Macarrons bolonyesa (carn vedella, ceba, tomàquet) Crestes tonyina al forn amb enciam Fruita	25 Cigrons estofats amb pastanagues Truita de patates amb enciam Fruita	26 Amanida de patata (tonyina, tomàquet, ou i pebrots) Pollastre amb samfaina Fruita
29 Fideua Truita de carbassó amb enciam Fruita	30 Arròs amb tomàquet Peix al forn amb verduretes i tomàquet Fruita	31 Empedrat de mongetes blanques Mandonguilles vedella estofades amb xampinyons Fruita	La pasta, arròs i pa seràn integrals. El iogurt serà natural sense sucre. Les postres del menú (fruita) poden variar. Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat. S''utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir/cuinar, oli d'oliva verge per amanir, iogurt natural sense sucre. L'empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fitxes tècniques amb els ingredients a l'ergògens que formen part de la dieta basal. Aquest menú ha estat dissenyat i supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratori Miralles. Responsable tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en farmàcia i en tecnologia dels Aliments. Nº de col·legiat 7255. Telèfon del servei de menjador : 93 298 16 60 Insigne Gestió Integral S.L.	



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTA	2 FESTA	3 Arròs amb tomàquet Remenat d'ou amb tomàquet amb pastanaga i remolatxa Pinya en suc	4 Llenties estofades amb verdures Lluç al forn a la jardineria Fruita	5 Amanida de pasta (blat de moro, tomàquet i tonyina Hamburguesa vegetal amb ceba i tomàquet natural Fruita
8 Macarrons amb tomàquet,ceba i albergínies Trita de francesa amb enciam i olives Fruita	9 Crema de carbassa Cigrons estofats amb verdures Fruita	10 Arròs caldós de peix Hamburguesa vegetal al forn amb enciam Fruita	11 Amanida russa Peix a l'andalusa amb tomàquet i remolatxa Fruita	12 Fideus amb verdures Remenat d'ou amb tomàquet i enciam Fruita
15 Crema de verdures Peix al forn amb enciam i olives Fruita	16 Llenties estofades amb verdures Trita de carbassó amb tomàquet i blat de moro Fruita	17 Coliflor amb patates Peix al forn amb xampinyons Fruita	18 Sopa d'hortalisses Calamas planxa amb enciam Fruita	19 HAWAII Amanida Hawaina (pasta,pinya,blat moro ,tomàquet) Peix amb pinya i arròs blanc Banana
22 Arròs tres delícies Peix a l'andalusa amb remolatxa Fruita	23 Mongetes tendres amb patates Hamburguesa vegetal al forn amb salsa tomàquet i pèsols Fruita	24 Macarrons amb ceba i tomàquet) Crestes tonyina al forn amb enciam Fruita	25 Cigrons estofats amb verdures Trita de patates amb enciam Fruita	26 Amanida de patata (tonyina, tomàquet, ou i pebrots) Lluç amb samfaina Fruita
29 Fideua Trita de carbassó amb enciam Fruita	30 Arròs amb tomàquet Peix al forn amb verduretes i tomàquet Fruita	31 Empedrat de mongetes blanques Remenat d'ou amb tomàquet i xampinyons Fruita	La pasta, arròs i pa seran integrals. El iogurt serà natural sense sucre.Les postres del menú (fruita)poden variar.Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat.. S' utilitza oli alt oleic i d'oliva per fregir/cuinar, oli d'oliva verge per amanir.logurt natural sense sucre. L' empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fitxes tècniques amb els ingredients al.lergògens 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 tecnologia dels Aliments. Nº de col.legiat 7255.Telèfon del servei de menjador : 93 298 16 60 Insigne Gestió Integral S.L.	



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTA	2 FESTA	3 Arròs amb tomàquet Pollastre planxa amb pastanaga i remolatxa Pinya en suc	4 Llenties estofades amb verdures Lluç al forn a la jardineria Fruita	5 Amanida de pasta(SG) Hamburguesa mixta planxa amb ceba i tomàquet natural Fruita
8 Macarrons SG amb tomàquet,ceba i albergínies Trita de pernil amb enciam i olives Fruita	9 Crema de carbassa Cigrons estofats Riojana amb xoriço Fruita	10 Arròs caldós de peix Hamburguesa pollastre SG al forn amb enciam Fruita	11 Amanida russa Peix a la planxa amb tomàquet i remolatxa Fruita	12 Fideus amb verdures Llom planxa amb enciam Fruita
15 Crema de verdures Peix al forn amb enciam i olives Fruita	16 Llenties estofades amb verdures Trita de carbassó amb tomàquet i blat de moro Fruita	17 Coliflor amb patates Peix planxa amb xampinyons Fruita	18 Sopa d'hortalisses Botifarra SG porc al forn amb enciam Fruita	19 HAWAII Amanida Hawaina (pasta SG,pinya,blat moro ,tomàquet) Pollastre amb pinya amb arròs blanc Banana
22 Arròs tres delícies Peix a la planxa amb remolatxa Fruita	23 Mongetes tendres amb patates Hamburguesa mixta SG al forn amb salsa tomàquet i pèsols Fruita	24 Macarrons SG bolonyesa (carn vedella, ceba, tomàquet) Peix al forn amb enciam Fruita	25 Cigrons estofats amb pastanagues Trita de patates amb enciam Fruita	26 Amanida de patata (tonyina, tomàquet, ou i pebrots) Pollastre amb samfaina Fruita
29 Fideua SG Trita de carbassó amb enciam Fruita	30 Arròs amb tomàquet Peix al forn amb verduretes i tomàquet Fruita	31 Empedrat de mongetes blanques Mandonguilles vedella SG estofades amb xampinyons Fruita	La pasta, arròs i pa seràn integrals. El iogurt serà natural sense sucre.Les postres del menú (fruita)poden variar.Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat.. S' utilitza oli alt oleic i d' oliva per fregir/cuinar, oli d' oliva verge per amanir.Iogurt natural sense sucre. L' empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fixes tècniques amb els ingredients a.l.lergògens que formen part de la dieta basa.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 tecnologia dels Aliments. Nº de col·legiat 7255.Telèfon del servei de menjador : 93 298 16 60 Insigne Gestió Integral S.L.	



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTA	2 FESTA	3 Arròs amb tomàquet Remenat d'ou amb tomàquet i pastanaga i remolatxa Pinya en suc	4 Patates estofades amb pastanagues Lluç al forn a la jardinera (sense pèsols) Fruita	5 Amanida de pasta Hamburguesa mixta amb ceba i tomàquet natural Fruita
8 Macarrons amb tomàquet,ceba i albergínies Truita de pernil amb enciam i olives Fruita	9 Crema de carbassa Pollastre planxa amb tomàquet Fruita	10 Arròs caldós de peix Hamburguesa vedella al forn amb enciam Fruita	11 Amanida de patata Peix a l'andalusa amb tomàquet i remolatxa Fruita	12 Fideus amb verdures Llom planxa amb enciam Fruita
15 Crema de verdures Peix al forn amb enciam i olives Fruita	16 Arròs amb tomàquet Truita de carbassó amb tomàquet i blat de moro Fruita	17 Coliflor amb patates Peix al forn amb xampinyons Fruita	18 Sopa d'hortalisses Botifarra porc al forn amb enciam Fruita	19 HAWAII Amanida Hawaina (pasta,pinya,blat moro ,tomàquet) Pollastre amb pinya amb arròs blanc Banana
22 Arròs tres delícies Peix a l'andalusa amb remolatxa Fruita	23 Mongetes tendres amb patates Hamburguesa mixta al forn amb salsa tomàquet Fruita	24 Macarrons bolonyesa (carn vedella, ceba, tomàquet) Crestes tonyina al forn amb enciam Fruita	25 Patates estofades amb pastanagues Truita de patates amb enciam Fruita	26 Amanida de patata (tonyina, tomàquet, ou i pebrots) Pollastre amb samfaina Fruita
29 Fideua Truita de carbassó amb enciam Fruita	30 Arròs amb tomàquet Peix al forn amb verdures i tomàquet Fruita	31 Crema de verdures Mandonguilles vedella estofades amb xampinyons Fruita	La pasta, arròs i pa seràn integrals. El iogurt serà natural sense sucre.Les postres del menú (fruita)poden variar.Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat.. S' utilitza oli alt oleic i d' oliva per fregir/cuinar, oli d' oliva verge per amanir.logurt natural sense sucre. L' empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fixes tècniques amb els ingredients aLlergògens que formen part de la dieta basa.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 tecnologia dels Aliments. Nº de col·legiat 7255.Telèfon del servei de menjador : 93 298 16 60 Insigne Gestió Integral S.L.	



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTA	2 FESTA	3 Arròs amb tomàquet Pollastre planxa amb pastanaga i remolatxa Pinya en suc	4 Llenties estofades Lluç al forn a la jardinera Fruita	5 Amanida de pasta Hamburguesa mixta planxa amb ceba i tomàquet natural Fruita
8 Macarrons amb tomàquet, ceba i albergínies Pollastre planxa enciam i olives Fruita	9 Crema de carbassa Cigrons estofats Riojana amb xoriço Fruita	10 Arròs caldós de peix Hamburguesa vegetal al forn amb enciam Fruita	11 Amanida russa Peix a l'andalusa amb tomàquet i remolatxa Fruita	12 Fideus amb verdures Llom planxa amb enciam Fruita
15 Crema de verdures Peix al forn amb enciam i olives Fruita	16 Llenties estofades amb verdures Pit de pollastre planxa amb tomàquet i blat de moro Fruita	17 Coliflor amb patates Peix al forn amb xampinyons Fruita	18 Sopa d'hortalisses Botifarra porc al forn amb enciam Fruita	19 HAWAII Amanida Hawaina (pasta, pinya, blat moro, tomàquet) Pollastre amb pinya amb arròs blanc Banana
22 Arròs tres delícies sense ou Peix a l'andalusa amb remolatxa Fruita	23 Mongetes tendres amb patates Hamburguesa mixta al forn amb salsa tomàquet i pèsols Fruita	24 Macarrons bolonyesa (carn vedella, ceba, tomàquet) Peix planxa al forn amb enciam Fruita	25 Cigrons estofats amb pastanagues Llom planxa amb enciam Fruita	26 Amanida de patata (tonyina, tomàquet, i pebrots) Pollastre amb samfaina Fruita
29 Fideua Gall dindi planxa amb enciam Fruita	30 Arròs amb tomàquet Peix al forn amb verdures i tomàquet Fruita	31 Empedrat de mongetes blanques Mandonguilles vedella estofades amb xampinyons Fruita	La pasta, arròs i pa seràn integrals. El logurt serà natural sense sucre. Les postres del menú (fruita) poden variar. Les fruites i verdures seran de temporada i proximitat. S' utilitza oli alt oleic i d' oliva per fregir/cuinar, oli d' oliva verge per amanir. Logurt natural sense sucre. L' empresa té a la disposició dels usuaris del menjador fitxes tècniques amb els ingredients a l'ergògens que formen part de la dieta bàsica. 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 tecnologia dels Aliments. Nº de col·legiat 7255. Telèfon del servei de menjador : 93 298 16 60 Insigne Gestió Integral S.L.	