

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6

Macarrons a la bolonyesa vegetariana
Llonganissa amb amanida variada
Fruita del temps
413 Cal - 48 HC/17 P/17 G



Amanida de cigrons amb verdures
Cap de llom amb patates al forn
logurt natural
417 Cal - 48 HC/18 P/17 G

7



Crema freda de carbassó
Pollastre al forn amb arròs
Fruita del temps
409 Cal - 47 HC/17 P/17 G

8

12

Arròs amb tomàquet
Pollastre planxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps
404 Cal - 48 HC/17 P/16 G



Patata i bajoca
Costella de porc amb verdures al forn
Fruita del temps
409 Cal - 47 HC/17 P/17 G

13



Llenties amb arròs
Hamburguesa vegetariana amb
amanida variada
logurt natural
413 Cal - 49 HC/17 P/17 G

14



Amanida de pasta amb verdures
Peix de llotja amb verdures
Fruita del temps
409 Cal - 47 HC/17 P/17 G

15

18

Fideus rossos
Ous remenats amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps
396 Cal - 47 HC/16 P/16 G



19

Patata amb col
Pollastre amb salsa de verdures
Fruita del temps
409 Cal - 47 HC/17 P/17 G



Empedrat
Hamburguesa mitxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps
430 Cal - 49 HC/18 P/18 G

20



Risotto de verdures
Peix de llotja amb amanida variada
logurt natural
409 Cal - 47 HC/17 P/17 G

21

25

Amanida d'arròs amb verdures
Lluç amb amanida variada
Fruita del temps
409 Cal - 47 HC/17 P/17 G



26

Vaporada de verdures
Aletes de pollastre a l'allada
Fruita del temps
396 Cal - 46 HC/17 P/16 G



Cigrons amb verdures
Estofat amb arròs
Fruita del temps
421 Cal - 49 HC/18 P/17 G

27



Espaguetis amb tomàquet
Trita de patata amb carbassó i ceba i
amanida variada
logurt natural
409 Cal - 48 HC/16 P/17 G

28



Gaspaxo de síndria
Mandonguilles amb pèsols
Fruita del temps
361 Cal - 35 HC/17 P/17 G

29

MENÚ ELABORAT
MONTSE QUERALT FERRÉ
Cuinera de Nodrim

MENÚ SUPERVISAT
NÚRIA ESTREM NOLLA
Dietista-Nutricionista, CAT001972
nuria@nodrim-enxarxa.cat

INFORMACIÓ SOBRE EL MENÚ
El menú s'acompanya d'aigua i pa, a més d'oli verge extre per les amanidades.
Les verdures, les fruites i el peix podran variar segons temporada i disponibilitat del territori per garantir el consum de productes frescos, estacionals i de proximitat.

LLEGENDA DE LOGOTIPS



Ecològic



Integral



Peix fresc



Vegetarià

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6
Macarrons a la bolonyesa
vegetariana
Llonganissa amb amanida
variada
Fruita del temps

7
Amanida de cigrons amb
verdures
Cap de llom amb patates al forn
logurt natural

8
Crema freda de carbassó
Pollastre al forn amb arròs
Fruita del temps

12
Arròs amb tomàquet
Pollastre planxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

13
Patata i bajoca
Costella de porc amb verdures al
forn
Fruita del temps

14
Llenties amb arròs
Hamburguesa vegetariana amb
amanida variada
logurt natural

15
Amanida de pasta amb verdures
POLLASTRE AL FORN amb
verdures
Fruita del temps

18
Fideus rossos
Ous remenats amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps

19
Patata amb col
Pollastre amb salsa de verdures
Fruita del temps

20
Empedrat
Hamburguesa mitxa amb
tomàquet amanit
Fruita del temps

21
Risotto de verdures
CAP DE LLOM amb amanida
variada
logurt natural

25
Amanida d'arròs amb verdures
CAP DE LLOM amb amanida
variada
Fruita del temps

26
Vaporada de verdures
Aletes de pollastre a l'allada
Fruita del temps

27
Cigrons amb verdures
Estofat amb arròs
Fruita del temps

28
Espaguetis amb tomàquet
Trita de patata amb carbassó i
ceba i amanida variada
logurt natural

29
Gaspatxo de síndria
Mandonguilles amb pèsols
Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Macarrons a la bolonyesa
vegetariana
LLONGANISSA VEGETARIANA
amb amanida variada
Fruita del temps

6

Amanida de cigrons amb
verdures
SEITAN amb patates al forn
logurt natural

7

Crema freda de carbassó
HEURA amb arròs
Fruita del temps

8

Arròs amb tomàquet
TOFU amb tomàquet amanit
Fruita del temps

12

Patata i bajoca
BUNYOLS DE VERDURES amb
verdures al forn
Fruita del temps

13

Llenties amb arròs
Hamburguesa vegetariana amb
amanida variada
logurt natural

14

Amanida de pasta amb verdures
TRUITA FRANCESA amb
verdures
Fruita del temps

15

Fideus rossos
Ous remenats amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps

18

Patata amb col
HEURA amb salsa de verdures
Fruita del temps

19

Empedrat
Hamburguesa VEGETAL amb
tomàquet amanit
Fruita del temps

20

Risotto de verdures
SEITAN amb amanida variada
logurt natural

21

22

Amanida d'arròs amb verdures
TOFU amb amanida variada
Fruita del temps

25

Vaporada de verdures
CROQUETES VEGETALS a
l'allada
Fruita del temps

26

Cigrons amb verdures
Estofat DE SEITAN amb arròs
Fruita del temps

27

Espaguetis amb tomàquet
Truita de patata amb carbassó i
ceba i amanida variada
logurt natural

28

Gaspatxo de síndria
Mandonguilles VEGETALS amb
pèsols
Fruita del temps

29

MENÚ ELABORAT
MONTSE QUERALT FERRÉ
Cuinera de Nodrim

MENÚ SUPERVISAT
NÚRIA ESTREM NOLLA
Dietista-Nutricionista, CAT001972
nuria@nodrim-enxarxa.cat

INFORMACIÓ SOBRE EL MENÚ
El menú s'acompanya d'aigua i pa, a més d'oli verge extre per les amanides.
Les verdures, les fruites i el peix podran variar segons temporada i disponibilitat del territori per garantir el consum de productes fresos, estacionals i de proximitat.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6

Macarrons SOFREGIT DE
POLLASTRE I XAMPINYONS
Llonganissa amb amanida (ENCIAM I
OLIVES)
Fruita APTE

7

Amanida d'ESPIRALS amb TONYINA
Cap de llom amb patates al forn
logurt natural

8

Crema freda de BLEDES
Pollastre al forn amb arròs
Fruita APTE

12

Arròs amb ESPINACS
Pollastre planxa amb AMANIDA
VARIADA
Fruita APTE

13

Patata i BRÒQUIL
Costella de porc amb COUS COUS
Fruita APTE

14

QUINOA AMB SOFREGIT DE
XAMPINYONS
Hamburguesa DE POLLASTRE amb
amanida variada
logurt natural

15

PASTA AMB OLI I ORENGA
Peix de llotja amb AMANIDA
VARIADA
Fruita APTE

18

Fideus rossos
Ous remenats SENSE tomàquet i
amanida variada
Fruita APTE

19

Patata amb col
Pollastre amb AMANIDA VARIADA
Fruita APTE

20

AMANIDA DE COUS COUS AMB
ESPINACS
Hamburguesa mitxa amb SALTEJAT
DE XAMPINYONS
Fruita APTE

21

Risotto de BOLETS
Peix de Llotja amb amanida variada
logurt natural

25

Amanida d'arròs amb OU DUR
Lluç amb amanida variada
Fruita APTE

26

Vaporada de verdures
Aletes de pollastre AMB AMANIDA
VARIADA (SENSE ALLADA)
Fruita APTE

27

QUINOA SALTEJADA AMB ESPINACS
Estofat DE SEITAN amb arròs
Fruita APTE

28

Espaguetis AMB OLI I ORENGA
Trita de patata SENSE carbassó i
ceba i amanida variada
logurt natural

29

CREMA DE VERDURES APTE
Mandonguilles VEGETALS amb
SALSA (SENSE PÈSOLS)
Fruita APTE

MENÚ ELABORAT

MONTSE QUERALT FERRÉ

Cuina de Nodrim

MENÚ SUPERVISAT

NÚRIA ESTREM NOLLA
Dietista-Nutricionista, CAT001972
nuria@nodrim-enxarxa.cat

INFORMACIÓ SOBRE EL MENÚ

El menú s'acompanya d'aigua i pa, a més d'oli verge extre per les amanidades.
Les verdures, les fruites i el peix podran variar segons temporada i disponibilitat del territori per garantir el consum de productes fresos, estacionals i de proximitat.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6
Macarrons a la bolonyesa
vegetariana
Llonganissa DE POLLASTRE amb
amanida variada
Fruita del temps

7
Amanida de cigrons amb verdures
GALL DINDI amb patates al forn
logurt natural

8
Crema freda de carbassó
Pollastre al forn amb arròs
Fruita del temps

12
Arròs amb tomàquet
Pollastre planxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

13
Patata i bajoca
TRUITA FRANCESA amb verdures
al forn
Fruita del temps

14
Llenties amb arròs
Hamburguesa vegetariana amb
amanida variada
logurt natural

15
Amanida de pasta amb verdures
Peix de llotja amb verdures
Fruita del temps

18
Fideus rossos
Ous remenats amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps

19
Patata amb col
Pollastre amb salsa de verdures
Fruita del temps

20
Empedrat
Hamburguesa DE POLLASTRE
amb tomàquet amanit
Fruita del temps

21
Risotto de verdures
Peix de llotja amb amanida variada
logurt natural

25
Amanida d'arròs amb verdures
Lluç amb amanida variada
Fruita del temps

26
Vaporada de verdures
Aletes de pollastre a l'allada
Fruita del temps

27
Cigrons amb verdures
Estofat amb arròs
Fruita del temps

28
Espaguetis amb tomàquet
Truita de patata amb carbassó i
ceba i amanida variada
logurt natural

29
Gaspaxo de síndria
Mandonguilles DE POLLASTRE
amb pèsols
Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6
Macarrons SENSE GLUTEN a la
bolonyesa vegetariana
Llonganissa amb amanida variada
Fruita del temps

7
Amanida de cigrons amb verdures
Cap de llom amb patates al forn
logurt natural

8
Crema freda de carbassó
Pollastre al forn amb arròs
Fruita del temps

12
Arròs amb tomàquet
Pollastre planxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

13
Patata i bajoca
Costella de porc amb verdures al
forn
Fruita del temps

14
Llenties amb arròs
Hamburguesa DE POLLASTRE
amb amanida variada
logurt natural

15
Amanida de pasta SENSE GLUTEN
amb verdures
Peix de llotja amb verdures
Fruita del temps

18
Fideus SENSE GLUTEN rossos
Ous remenats amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps

19
Patata amb col
Pollastre amb salsa de verdures
Fruita del temps

20
Empedrat
Hamburguesa mitxa amb
tomàquet amanit
Fruita del temps

21
Risotto de verdures
Peix de llotja amb amanida variada
logurt natural

25
Amanida d'arròs amb verdures
Lluç amb amanida variada
Fruita del temps

26
Vaporada de verdures
Aletes de pollastre a l'allada
Fruita del temps

27
Cigrons amb verdures
Estofat amb arròs
Fruita del temps

28
Espaguetis SENSE GLUTEN amb
tomàquet
Truita de patata amb carbassó i
ceba i amanida variada
logurt natural

29
Gaspaxo de síndria
Mandonguilles amb pèsols
Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Macarrons a la bolonyesa **6**
vegetariana
Llonganissa amb amanida
variada
Fruita del temps

Amanida de cigrons amb **7**
verdures
Cap de llom amb patates al forn
logurt natural

Crema freda de carbassó **8**
Pollastre al forn amb arròs
Fruita del temps

Arròs amb tomàquet **12**
Pollastre planxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

Patata i bajoca **13**
Costella de porc amb verdures al
forn
Fruita del temps

Llenties amb arròs **14**
Hamburguesa vegetariana amb
amanida variada
logurt natural

Amanida de pasta amb verdures **15**
Peix de llotja amb verdures
Fruita del temps

Fideus rossos **18**
Ous remenats amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps

Patata amb col **19**
Pollastre amb salsa de verdures
Fruita del temps

Empedrat **20**
Hamburguesa mitxa amb
tomàquet amanit
Fruita del temps

Risotto de verdures **21**
Peix de llotja amb amanida
variada
logurt natural

Amanida d'arròs amb verdures **25**
Lluç amb amanida variada
Fruita del temps

Vaporada de verdures **26**
Aletes de pollastre a l'allada
Fruita del temps

Cigrons amb verdures **27**
Estofat amb arròs
Fruita del temps

Espaguetis amb tomàquet **28**
Trita de patata amb carbassó i
ceba i amanida variada
logurt natural

Gaspatxo de síndria **29**
Mandonguilles amb pèsols
Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Macarrons a la bolonyesa **6**
vegetariana
Llonganissa amb amanida variada
Fruita del temps

Amanida de cigrons amb verdures **7**
Cap de llom amb patates al forn
logurt SENSE LACTOSA

Crema freda de carbassó (BEGUDA **8**
VEGETAL)
Pollastre al forn amb arròs
Fruita del temps

Arròs amb tomàquet **12**
Pollastre planxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

Patata i bajoca **13**
Costella de porc amb verdures al
forn
Fruita del temps

Llenties amb arròs **14**
Hamburguesa DE POLLASTRE
amb amanida variada
logurt SENSE LACTOSA

Amanida de pasta amb verdures **15**
Peix de llotja amb verdures
Fruita del temps

18
Fideus rossos
Ous remenats amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps

19
Patata amb col
Pollastre amb salsa de verdures
Fruita del temps

20
Empedrat
Hamburguesa mitxa amb
tomàquet amanit
Fruita del temps

21
Risotto (BEGUDA VEGETAL I
FORMATGE SENSE LACTOSA de
verdures
Peix de llotja amb amanida variada
logurt SENSE LACTOSA

25
Amanida d'arròs amb verdures
Lluç amb amanida variada
Fruita del temps

26
Vaporada de verdures
Aletes de pollastre a l'allada
Fruita del temps

27
Cigrons amb verdures
Estofat amb arròs
Fruita del temps

28
Espaguetis amb tomàquet
Trita de patata amb carbassó i
ceba i amanida variada
logurt SENSE LACTOSA

29
Gaspatxo de síndria
Mandonguilles amb pèsols
Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6

Macarrons SENSE GLUTEN a la
bolonyesa vegetariana
Llonganissa DE POLLASTRE amb
amanida variada
Fruita del temps

7

Amanida de cigrons amb verdures
Cap de llom amb patates al forn
logurt DE CABRA

8

Crema freda de carbassó (BEGUDA
VEGETAL)
Pollastre al forn amb arròs
Fruita del temps

12

Arròs amb tomàquet
Pollastre planxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

13

Patata i bajoca
Costella de porc amb verdures al
forn
Fruita del temps

14

Llenties amb arròs
Hamburguesa DE POLLASTRE
amb amanida variada
logurt DE CABRA

15

Amanida de pasta SENSE GLUTEN
amb verdures
Peix de llotja amb verdures
Fruita del temps

18

Fideus SENSE GLUTEN rossos
Ous remenats amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps

19

Patata amb col
Pollastre amb salsa de verdures
Fruita del temps

20

Empedrat
Hamburguesa mitxa amb
tomàquet amanit
Fruita del temps

21

Risotto (BEGUDA I FORMATGE
VEGETAL) de verdures
Peix de llotja amb amanida variada
logurt DE CABRA

25

Amanida d'arròs amb verdures
Lluç amb amanida variada
Fruita del temps

26

Vaporada de verdures
Aletes de pollastre a l'allada
Fruita del temps

27

Cigrons amb verdures
Estofat DE GALL DINDI amb arròs
Fruita del temps

28

Espaguetis SENSE GLUTEN amb
tomàquet
Truita de patata amb carbassó i
ceba i amanida variada
logurt DE CABRA

29

Gaspatxo de síndria
Mandonguilles amb pèsols
Fruita del temps

MENÚ ELABORAT

MONTSE QUERALT FERRÉ

Cuïnera de Nodrim

MENÚ SUPERVISAT

NÚRIA ESTREM NOLLA
Dietista-Nutricionista, CAT001972
nurria@nodrim-enxarxa.cat

INFORMACIÓ SOBRE EL MENÚ

El menú s'acompanya d'aigua i pa, a més d'oli verge extre per les amanidades.
Les verdures, les fruites i el peix podran variar segons temporada i disponibilitat del territori per garantir el consum de productes fresos, estacionals i de proximitat.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Macarrons la bolonyesa **6**
vegetariana
Llonganissa DE POLLASTRE amb
amanida variada
Fruita del temps

Amanida de cigrons amb verdures **7**
Cap de llom amb patates al forn
logurt DE CABRA

Crema freda de carbassó **8**
(BEGUDA VEGETAL)
Pollastre al forn amb arròs
Fruita del temps

Arròs amb tomàquet **12**
Pollastre planxa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

Patata i bajoca **13**
Costella de porc amb verdures al
forn
Fruita del temps

Llenties amb arròs **14**
Hamburguesa vegetal amb
amanida variada
logurt DE CABRA

Amanida de pasta amb verdures **15**
Peix de llotja amb verdures
Fruita del temps

Fideus rossos **18**
GALL DINDI amb tomàquet i
amanida variada
Fruita del temps

Patata amb col **19**
Pollastre amb salsa de verdures
Fruita del temps

Empedrat **20**
Hamburguesa mitxa amb
tomàquet amanit
Fruita del temps

Risotto (BEGUDA I FORMATGE **21**
VEGETAL) de verdures
Peix de llotja amb amanida variada
logurt DE CABRA

Amanida d'arròs amb verdures **25**
Lluç amb amanida variada
Fruita del temps

Vaporada de verdures **26**
Aletes de pollastre a l'allada
Fruita del temps

Cigrons amb verdures **27**
Estofat DE GALL DINDI amb arròs
Fruita del temps

Espaguetis amb tomàquet **28**
POLLASTRE AL FORN i amanida
variada
logurt DE CABRA

Gaspatxo de síndria **29**
Mandonguilles amb pèsols
Fruita del temps

MENÚ ELABORAT
MONTSE QUERALT FERRÉ
Cuinera de Nodrim

MENÚ SUPERVISAT
NÚRIA ESTREM NOLLA
Dietista-Nutricionista, CAT001972
nuria@nodrim-enxarxa.cat

INFORMACIÓ SOBRE EL MENÚ
El menú s'acompanya d'aigua i pa, a més d'oli verge extre per les amanidades.
Les verdures, les fruites i el peix podran variar segons temporada i disponibilitat del territori per garantir el consum de productes frescos, estacionals i de proximitat.