



Escola L'Antina Torredembarra

MENÚ DE SETEMBRE

ESCOLA L'ANTINA



Fundació En Xarxa



NODRIM

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	8 Macarrons amb salsa carbonara (nata i bacon) Remenat d'ous amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	9 Bajoca amb patata bullida Pernilets de pollastre al forn amb tomàquet Fruita del temps	10 Arròs amb salsa de tomàquet casolà i orenga Peix de llotja al forn amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps	
14 Bròquil amb patata bullida Gall d'indi a la planxa amb amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	15 Fesols guisats amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Finguers de pollastre arrebossat casolà amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	16 Arròs oriental (pèsols, pastanaga, bajoca i salsa de soja) Truita de patates casolana amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	17 Espaguetis a la napolitana (tomàquet, pastanaga, ceba, orenga i olives) Peix de llotja a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps	18 Vichyssoise Paella d'arròs amb verdures (pastanaga, ceba, pebrot i brou de verdures) i heura (preparat vegetal de soja) Fruita del temps
21 Arròs amb salsa de tomàquet casolana (tomàquet, ceba i pastanaga) i orenga Ous al forn amb base de patates i amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	22 Espirals amb salsa de formatge Peix de llotja amb verdures (ceba i tomàquet) Fruita del temps	23 Cassoleta de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Cap de llom al forn amb herbes aromàtiques i amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps	24 Trinxat de col (patata, col i all) Hamburguesa vegetal amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	25 Crema de carbassa amb crostons de pa Aletes de pollastre al forn amb arròs saltat amb oli i orenga logurt natural o fruita del temps
28 Pastis de patata (patata, formatge, salsa de tomàquet casolà, pastanaga i ceba) Daus de gall d'indi a la planxa al allet amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	29 Brou de peix (porro, pastanaga, peix i api) amb arròs Pernilets de pollastre al forn amb verdura (pebrot, ceba i tomàquet) Fruita del temps	30 Llenties estofades amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Ou a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps		
Menú elaborat ISABEL GONZALEZ Cuiner 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 extra per les amanides. (*)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. A més de la preparació i guarnició.		



Escola L'Antina Torredembarra

MENÚ DE SETEMBRE

SENSE GLUTEN



Fundació En Xarxa



NODRIM

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	8 Macarrons SENSE GLUTEN amb salsa carbonara (nata i bacon) Remenat d'ous amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	9 Bajoca amb patata bullida Pernilets de pollastre al forn amb tomàquet Fruita del temps	10 Arròs amb salsa de tomàquet casolà i orenga Peix de llotja al forn amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps	
14 Bròquil amb patata bullida Gall d'indi a la planxa amb amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	15 Fesols guisats amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Finguers de pollastre arrebossat casolà SENSE GLUTEN amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	16 Arròs oriental (pèsols, pastanaga, bajoca i salsa de soja) Truita de patates casolana amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	17 Espaguetis SENSE GLUTEN a la napolitana (tomàquet, pastanaga, cebes, orenga i olives) Peix de llotja a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps	18 Vichyssoise Paella d'arròs amb verdures (pastanaga, cebes, pebrot i brou de verdures) i heura (preparat vegetal de soja) Fruita del temps
21 Arròs amb salsa de tomàquet casolana (tomàquet, cebes i pastanaga) i orenga Ous al forn amb base de patates i amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	22 Espirals SENSE GLUTEN amb salsa de formatge Peix de llotja amb verdures (ceba i tomàquet) Fruita del temps	23 Cassoleta de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Cap de llom al forn amb herbes aromàtiques i amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps	24 Trinxat de col (patata, col i all) Hamburguesa vegetal SENSE GLUTEN amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	25 Crema de carbassa SENSE CRUSTONS DE PA Aletes de pollastre al forn amb arròs saltat amb oli i orenga logurt natural o fruita del temps
28 Pastis de patata (patata, formatge, salsa de tomàquet casolà, pastanaga i cebes) Daus de gall d'indi a la planxa al allet amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	29 Brou de peix (porro, pastanaga, peix i api) amb arròs Pernilets de pollastre al forn amb verdura (pebrot, cebes i tomàquet) Fruita del temps	30 CIGRONS ESTOFATS amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Ou a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps		
Menú elaborat ISABEL GONZALEZ Cuiner 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 extra per les amanides. (*)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. A més de la preparació i guarnició.		



Escola L'Antina Torredembarra

MENÚ DE SETEMBRE

SENSE LACTOSA



Fundació En Xarxa



NODRIM

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	8 Macarrons amb SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA (tomàquet, ceba, pastanaga) Remenat d'ous amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	9 Bajoca amb patata bullida Pernilets de pollastre al forn amb tomàquet Fruita del temps	10 Arròs amb salsa de tomàquet casolà i orenga Peix de llotja al forn amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps	
14 Bròquil amb patata bullida Gall d'indi a la planxa amb amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	15 Fesols guisats amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Finguers de pollastre arrebossat casolà amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	16 Arròs oriental (pèsols, pastanaga, bajoca i salsa de soja) Truita de patates casolana amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	17 Espaguetis a la napolitana (tomàquet, pastanaga, ceba, orenga i olives) Peix de llotja a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps	18 Vichyssoise Paella d'arròs amb verdures (pastanaga, ceba, pebrot i brou de verdures) i heura (preparat vegetal de soja) Fruita del temps
21 Arròs amb salsa de tomàquet casolana (tomàquet, ceba i pastanaga) i orenga Ous al forn amb base de patates i amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	22 Espirals amb SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA (tomàquet, ceba, pastanaga) Peix de llotja amb verdures (ceba i tomàquet) Fruita del temps	23 Cassoleta de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Cap de llom al forn amb herbes aromàtiques i amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps	24 Trinxat de col (patata, col i all) Hamburguesa vegetal amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	25 Crema de carbassa amb crostons de pa Aletes de pollastre al forn amb arròs saltat amb oli i orenga logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps
28 Pastis de patata (patata, SENSE formatge, salsa de tomàquet casolà, pastanaga i ceba) Daus de gall d'indi a la planxa al allet amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	29 Brou de peix (porro, pastanaga, peix i api) amb arròs Pernilets de pollastre al forn amb verdura (pebrot, ceba i tomàquet) Fruita del temps	30 Llenties estofades amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Ou a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps		
Menú elaborat ISABEL GONZALEZ Cuiner 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 extra per les amanides. (*)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. A més de la preparació i guarnició.		



Escola L'Antina Torredembarra

MENÚ DE SETEMBRE

SENSE PROTEÏNA DE LA VACA



Fundació En Xarxa



NODRIM

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	8 Macarrons amb SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA (tomàquet, ceba, pastanaga) Remenat d'ous amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	9 Bajoca amb patata bullida Pernilets de pollastre al forn amb tomàquet Fruita del temps	10 Arròs amb salsa de tomàquet casolà i orenga Peix de llotja al forn amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt VEGETAL o fruita del temps	
14 Bròquil amb patata bullida Gall d'indi a la planxa amb amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	15 Fesols guisats amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Finguers de pollastre arrebossat casolà amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	16 Arròs oriental (pèsols, pastanaga, bajoca i salsa de soja) Truita de patates casolana amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	17 Espaguetis a la napolitana (tomàquet, pastanaga, ceba, orenga i olives) Peix de llotja a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps	18 Vichyssoise Paella d'arròs amb verdures (pastanaga, ceba, pebrot i brou de verdures) i heura (preparat vegetal de soja) Fruita del temps
21 Arròs amb salsa de tomàquet casolana (tomàquet, ceba i pastanaga) i orenga Ous al forn amb base de patates i amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	22 Espirals amb SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA (tomàquet, ceba, pastanaga) Peix de llotja amb verdures (ceba i tomàquet) Fruita del temps	23 Cassoleta de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Cap de llom al forn amb herbes aromàtiques i amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps	24 Trinxat de col (patata, col i all) Hamburguesa vegetal amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	25 Crema de carbassa amb crostons de pa Aletes de pollastre al forn amb arròs saltat amb oli i orenga logurt VEGETAL o fruita del temps
28 Pastis de patata (patata, SENSE formatge, salsa de tomàquet casolà, pastanaga i ceba) Daus de gall d'indi a la planxa al allet amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	29 Brou de peix (porro, pastanaga, peix i api) amb arròs Pernilets de pollastre al forn amb verdura (pebrot, ceba i tomàquet) Fruita del temps	30 Llenties estofades amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Ou a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt VEGETAL o fruita del temps		

Menú elaborat
ISABEL GONZALEZ
Cuiner 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 extra per les amanides.

(*) 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. A més de la preparació i guarnició.



Escola L'Antina Torredembarra

MENÚ DE SETEMBRE

SENSE LACTOSA



Fundació En Xarxa



NODRIM

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	8 Macarrons amb SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA (tomàquet, ceba, pastanaga) Remenat d'ous amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	9 Bajoca amb patata bullida Pernilets de pollastre al forn amb tomàquet Fruita del temps	10 Arròs amb salsa de tomàquet casolà i orenga Peix de llotja al forn amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps	
14 Bròquil amb patata bullida Gall d'indi a la planxa amb amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	15 Fesols guisats amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Finguers de pollastre arrebossat casolà amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	16 Arròs oriental (pèsols, pastanaga, bajoca i salsa de soja) Truita de patates casolana amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	17 Espaguetis a la napolitana (tomàquet, pastanaga, ceba, orenga i olives) Peix de llotja a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps	18 Vichyssoise Paella d'arròs amb verdures (pastanaga, ceba, pebrot i brou de verdures) i heura (preparat vegetal de soja) Fruita del temps
21 Arròs amb salsa de tomàquet casolana (tomàquet, ceba i pastanaga) i orenga Ous al forn amb base de patates i amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	22 Espirals amb SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA (tomàquet, ceba, pastanaga) Peix de llotja amb verdures (ceba i tomàquet) Fruita del temps	23 Cassoleta de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Cap de llom al forn amb herbes aromàtiques i amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps	24 Trinxat de col (patata, col i all) Hamburguesa vegetal amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	25 Crema de carbassa amb crostons de pa Aletes de pollastre al forn amb arròs saltat amb oli i orenga logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps
28 Pastis de patata (patata, SENSE formatge, salsa de tomàquet casolà, pastanaga i ceba) Daus de gall d'indi a la planxa al allet amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	29 Brou de peix (porro, pastanaga, peix i api) amb arròs Pernilets de pollastre al forn amb verdura (pebrot, ceba i tomàquet) Fruita del temps	30 Llenties estofades amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Ou a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural SENSE LACTOSA o fruita del temps		
Menú elaborat ISABEL GONZALEZ Cuiner 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 extra per les amanides. (*)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. A més de la preparació i guarnició.		



Escola L'Antina Torredembarra

MENÚ DE SETEMBRE

SENSE FRUCTOSA NI SORBITOL



Fundació En Xarxa



NODRIM

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	8 Macarrons amb salsa carbonara (nata i bacon) Remenat d'ous amb amanida variada (enciam, COGOMBRE) Fruita del temps APTE	9 BLEDA amb patata bullida Pernilets de pollastre al forn amb PATATA Fruita del temps APTE	10 RISOTTO D'ESPINACS Peix de llotja al forn amb amanida variada (enciam, OLIVES) logurt natural o fruita del temps APTE	
14 Bròquil amb patata bullida Gall d'indi a la planxa amb amanida variada (enciam, olives) Fruita del temps APTE	15 QUINOA amb ESPINACS Finguers de pollastre arrebossat casolà amb amanida variada (enciam, COGOMBRE) Fruita del temps APTE	16 Arròs SALTAJAT AMB OLI I ORGENGA Truita de patates casolana amb amanida variada (enciam, OLIVES) Fruita del temps APTE	17 ESPAGUETIS AMB Salsa CARBONARA (NATA I BACON) Peix de llotja a la planxa amb amanida variada (enciam, COGOMBRE) logurt natural o fruita del temps APTE	18 CREMA DE BLEDA ARRÒS AMB DAUS DE TRUITA Fruita del temps APTE
21 RISOTTO D'ESPINACS Ous al forn amb base de patates i amanida variada (enciam, olives SENSE pastanaga) Fruita del temps APTE	22 Espirals amb salsa de formatge Peix de llotja amb PATATA Fruita del temps APTE	23 Arròs SALTAJAT AMB DAUS DE TRUITA, OLI I ORGENGA Cap de llom al forn amb herbes aromàtiques i amanida variada (enciam, OLIVES) Fruita del temps APTE	24 Trinxat de BLEDA (patata, BLEDA SENSE all) Hamburguesa GALL D'INDI amb amanida variada (enciam, COGOMBRE) Fruita del temps APTE	25 Crema d'ESPINACS amb crostons de pa Aletes de pollastre al forn amb arròs saltat amb oli i orenga logurt natural o fruita del temps APTE
28 Pastis de patata (patata, formatge i ESPINACS) Daus de gall d'indi a la planxa SENSE allet amb amanida variada (enciam, OLIVES) Fruita del temps APTE	29 Brou de peix (SOL peix i api) amb arròs Pernilets de pollastre al forn amb PATATA Fruita del temps APTE	30 QUINOA SALTAJADA AMB OLI I ORGENGA Ou a la planxa amb amanida variada (enciam, COGOMBRE) logurt natural o fruita del temps APTE		
Menú elaborat ISABEL GONZALEZ Cuiner 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 extra per les amanides. (*)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. A més de la preparació i guarnició.		



Escola L'Antina Torredembarra

MENÚ DE SETEMBRE

SENSE PORC



Fundació En Xarxa



NODRIM

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	8 Macarrons amb SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA (tomàquet, ceba, pastanaga) Remenat d'ous amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	9 Bajoca amb patata bullida Pernilets de pollastre al forn amb tomàquet Fruita del temps	10 Arròs amb salsa de tomàquet casolà i orenga Peix de llotja al forn amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps	
14 Bròquil amb patata bullida Gall d'indi a la planxa amb amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	15 Fesols guisats amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Finguers de pollastre arrebossat casolà amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	16 Arròs oriental (pèsols, pastanaga, bajoca i salsa de soja) Truita de patates casolana amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	17 Espaguetis a la napolitana (tomàquet, pastanaga, ceba, orenga i olives) Peix de llotja a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps	18 Vichyssoise Paella d'arròs amb verdures (pastanaga, ceba, pebrot i brou de verdures) i heura (preparat vegetal de soja) Fruita del temps
21 Arròs amb salsa de tomàquet casolana (tomàquet, ceba i pastanaga) i orenga Ous al forn amb base de patates i amanida variada (enciam, olives i pastanaga) Fruita del temps	22 Espirals amb salsa de formatge Peix de llotja amb verdures (ceba i tomàquet) Fruita del temps	23 Cassoleta de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) GALL DINDI amb herbes aromàtiques i amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps	24 Trinxat de col (patata, col i all) Hamburguesa vegetal amb amanida variada (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	25 Crema de carbassa amb crostons de pa Aletes de pollastre al forn amb arròs saltat amb oli i orenga logurt natural o fruita del temps
28 Pastis de patata (patata, formatge, salsa de tomàquet casolà, pastanaga i ceba) Daus de gall d'indi a la planxa al allet amb amanida variada (enciam, remolatxa i pastanaga) Fruita del temps	29 Brou de peix (porro, pastanaga, peix i api) amb arròs Pernilets de pollastre al forn amb verdura (pebrot, ceba i tomàquet) Fruita del temps	30 Llenties estofades amb verdures (ceba, pastanaga i pebrot) Ou a la planxa amb amanida variada (enciam, blat de moro i pastanaga) logurt natural o fruita del temps		
Menú elaborat ISABEL GONZALEZ Cuiner 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 extra per les amanides. (*)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. A més de la preparació i guarnició.		