

MAIG

Espai Migdia

ESCOLA DOFI

Menú Basal

dimecres 1

Festa



dijous 2

Mongeta verda amb patata

Pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

divendres 3

Lenties guisades amb arròs

Bunyols de bacallà amb amanida

Fruita de temporada

dilluns 6

Cigrons estofats amb verdures

Aletes de pollastres amb enciam i daus de rave

Fruita de temporada

dimarts 7

Vichissoise

Mandonguilles amb verdures i amanida

Fruita de temporada

dimecres 8

Macarrons napolitana

Truita de carbassó amb amanida

Fruita de temporada

dijous 9

Arròs tres delícies

Peix al forn amb amanida

Fruita de temporada

divendres 10

Bròquil amb patata

Espaguetis amb daus de d'indi

logurt natural

dilluns 13

Trinxat de col i patata

Cap de llom amb salsa

Fruita de temporada

dimarts 14

Amanida de lenties

Truita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 15

Crema de verdures

Llacets amb tonyina i tomàquet

Fruita de temporada

dijous 16

Menú especial

Arròs amb tomàquet

Fish and chips

Postre especial



divendres 17

Festa

dilluns 20

Festa

dimarts 21

Arròs integral amb verdures

Peix al forn amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 22

Mongeta verda amb patata

Rodó de gall dindi a la jardinera

logurt natural

dijous 23

Espaguetis amb salsa formatge

Truita d'espínacs amb amanida

Fruita de temporada

divendres 24

Amanida de Cous cous

Daus de vedella amb salsa

Fruita de temporada

dilluns 27

Crema de carabassa

Hamburguesa de vedella i amanida amb blat de moro

Fruita de temporada

dimarts 28

Bròquil amb patata

Fideus a la cassola amb salsitxa de pollastre

Fruita de temporada

dimecres 29

Lenties guisades (sense arròs)

Ous durs amb salsa de tomàquet

Fruita de temporada

dijous 30

Arròs amb xampiyons

Lluç arrebossat amb amanida

logurt natural

divendres 31

Ensaladilla Rusa

Pollastre al forn amb amanida

Fruita de temporada

MAIG

Espai Migdia

ESCOLA DOFÍ

Menú Halal

dimecres 1

Festa



dijous 2

Mongeta verda amb patata

Pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

divendres 3

Llenties guisades amb arròs

Bunyols de bacallà amb amanida

Fruita de temporada

dilluns 6

Cigrons estofats amb verdures

Aletes de pollastres amb enciam i daus de rave

Fruita de temporada

dimarts 7

Vichissoise

Mandonguilles amb verdures i amanida

Fruita de temporada

dimecres 8

Macarrons napolitana

Truita de carbassó amb amanida

Fruita de temporada

dijous 9

Arròs tres delícies

Peix al forn amb amanida

Fruita de temporada

divendres 10

Bròquil amb patata

Espaguetis amb daus de d'indi

logurt natural

dilluns 13

Trinxat de col i patata

Rodó de gall d'indi amb salsa

Fruita de temporada

dimarts 14

Amanida de llenties

Truita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 15

Crema de verdures

Llacets amb tonyina i tomàquet

Fruita de temporada

dijous 16

Menú especial

Arròs amb tomàquet

Fish and chips

Postre especial



divendres 17

Festa

dilluns 20

Festa

dimarts 21

Arròs integral amb verdures

Peix al forn amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 22

Mongeta verda amb patata

Rodó de gall dindi a la jardinera

logurt natural

dijous 23

Espaguetis amb salsa formatge

Truita d'espínacs amb amanida

Fruita de temporada

divendres 24

Amanida de Cous cous

Daus de vedella amb salsa

Fruita de temporada

dilluns 27

Crema de carabassa

Hamburguesa de vedella i amanida amb blat de moro

Fruita de temporada

dimarts 28

Bròquil amb patata

Fideus a la cassola amb salsitxa de pollastre

Fruita de temporada

dimecres 29

Llenties guisades

(sense arròs)

Ous durs amb salsa de tomàquet

Fruita de temporada

dijous 30

Arròs amb xampiyons

Lluç arrebossat amb amanida

logurt natural

divendres 31

Ensaladilla Rusa

Pollastre al forn amb amanida

Fruita de temporada

MAIG

Espai Migdia

Menú Sense Gluten

dimecres 1

Festa

dijous 2

Mongeta verda amb patata

Pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

divendres 3

Lenties guisades amb arròs

Bunyols de bacallà s/gluten amb amanida

Fruita de temporada

dilluns 6

Cigrons estofats amb verdures

Aletes de pollastres amb enciam i daus de rave

Fruita de temporada

dimarts 7

Vichissoise

Mandonguilles amb verdures i amanida

Fruita de temporada

dimecres 8

Macarrons s/gluten napolitana

Truita de carbassó amb amanida

Fruita de temporada

dijous 9

Arròs tres delícies

Peix al forn amb amanida

Fruita de temporada

divendres 10

Bròquil amb patata

Espaguets s/gluten amb daus de d'indi

logurt natural

dilluns 13

Trinxat de col i patata

Cap de llom amb salsa

Fruita de temporada

dimarts 14

Amanida de lenties

Truita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 15

Crema de verdures

Llacets s/gluten amb tonyina i tomàquet

Fruita de temporada

dijous 16

Menú especial

Arròs amb tomàquet

Fish and chips

Postre especial



divendres 17

Festa

dilluns 20

Festa

dimarts 21

Arròs integral amb verdures

Peix al forn amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 22

Mongeta verda amb patata

Rodó de gall dindi a la jardineria

logurt natural

dijous 23

Espaguets s/gluten amb salsa formatge

Truita d'espínacs amb amanida

Fruita de temporada

divendres 24

Amanida de Cous cous

Daus de vedella amb salsa

Fruita de temporada

dilluns 27

Crema de carabassa

Hamburguesa de vedella i amanida amb blat de moro

Fruita de temporada

dimarts 28

Bròquil amb patata

Fideus s/gluten a la cassola amb salsitxa de pollastre

Fruita de temporada

dimecres 29

Lenties guisades (sense arròs)

Ous durs amb salsa de tomàquet

Fruita de temporada

dijous 30

Arròs amb xampiyons

Lluç arrebossat amb amanida

logurt natural

divendres 31

Ensaladilla Rusa

Pollastre al forn amb amanida

Fruita de temporada

MAIG

Espai Migdia

Menú Sense Gluten-Halal

dimecres 1

Festa

dijous 2

Mongeta verda amb patata

Pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

divendres 3

Lenties guisades amb arròs

Bunyols de bacallà s/gluten amb amanida

Fruita de temporada

dilluns 6

Cigrons estofats amb verdures

Aletes de pollastres amb enciam i daus de rave

Fruita de temporada

dimarts 7

Vichissoise

Mandonguilles amb verdures i amanida

Fruita de temporada

dimecres 8

Macarrons s/gluten napolitana

Truita de carbassó amb amanida

Fruita de temporada

dijous 9

Arròs tres delícies

Peix al forn amb amanida

Fruita de temporada

divendres 10

Bròquil amb patata

Espaguetis s/gluten amb daus de d'indi

logurt natural

dilluns 13

Trinxat de col i patata

Rodó de gall d'indi amb salsa

Fruita de temporada

dimarts 14

Amanida de lenties

Truita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 15

Crema de verdures

Llacets s/gluten amb tonyina i tomàquet

Fruita de temporada

dijous 16

Menú especial

Arròs amb tomàquet

Fish and chips

Postre especial



divendres 17

Festa

dilluns 20

Festa

dimarts 21

Arròs integral amb verdures

Peix al forn amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 22

Mongeta verda amb patata

Rodó de gall dindi a la jardineria

logurt natural

dijous 23

Espaguetis s/gluten amb salsa formatge

Truita d'espínacs amb amanida

Fruita de temporada

divendres 24

Amanida de Cous cous

Daus de vedella amb salsa

Fruita de temporada

dilluns 27

Crema de carabassa

Hamburguesa de vedella i amanida amb blat de moro

Fruita de temporada

dimarts 28

Bròquil amb patata

Fideus s/gluten a la cassola amb salsitxa de pollastre

Fruita de temporada

dimecres 29

Lenties guisades (sense arròs)

Ous durs amb salsa de tomàquet

Fruita de temporada

dijous 30

Arròs amb xampiyons

Lluç arrebossat amb amanida

logurt natural

divendres 31

Ensaladilla Rusa

Pollastre al forn amb amanida

Fruita de temporada

MAIG

Espai Migdia

ESCOLA DOFÍ

Menú Vegeterià



dimecres 1

Festa

dijous 2

Mongeta verda amb patata

Hamburguesa de llegum
enciam

Fruita de temporada

divendres 3

Trinxat de bledes amb allets

Lenties de la iaia i arròs integral
(S/CARN)

Fruita de temporada

dilluns 6

**Amanida de cereals amb
verdurettes**

Ous al Forn amb amanida

Fruita de temporada

dimarts 7

Vichissoise

Falafel amb verdures i amanida

Fruita de temporada

dimecres 8

Macarrons napolitana

Truita de carbassó amb
amanida

Fruita de temporada

dijous 9

Arròs tres delícies

Hummus amb crudites de
pastanaga i bastonets de pa
integral amb amanida

Fruita de temporada

divendres 10

Bròquil amb patata

Espagueti bolonyesa de llegum

Fruita de temporada

dilluns 13

Trinxat de col amb patata

Quinoa amb soja i pèsols

Fruita de temporada

dimarts 14

Amanida de lenties

Truita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dimecres 15

Crema de verdures i llegum

Hamburguesa de verdures
amb amanida

Fruita de temporada

dijous 16

Menú especial

Arròs amb tomàquet

Croquetes vegetals amb mongeta
blanca saltada i patates chips

Postre especial

divendres 17

Festa

dilluns 20

Festa

dimarts 21

**Arròs integral amb mongeta,
ceba i pastanaga**

Lenties de la iaia s/carn

Fruita de temporada

dimecres 22

Trinxat de bledes amb allets

Mongeta verda saltada
amb bolonyesa de llegum i
amanida

logurt natural

dijous 23

Espaguetis amb salsa formatge

Truita d'espínacs amb amanida

Fruita de temporada

divendres 24

Amanida de Cous cous

Cigrons estofats amb verdures

Fruita de temporada

dilluns 27

Crema de carabassa

Amanida de patata pèsols i
daus de formatge

Fruita de temporada

dimarts 28

Bròquil amb patata

Fideus a la cassola amb soja i
pèsols s/carn

Fruita de temporada

dimecres 29

**Lenties guisades
(sense arròs)**

Hamburguesa de verdures
amb amanida

Fruita de temporada

dijous 30

Arròs amb xampinyons

Truita a la francesa amb
amanida

logurt natural

divendres 31

Ensaladilla rusa

Falafel amb verdures i amanida

Fruita de temporada

Coordinadora del servei:

Joana 644 827 309 0

Atenció de 9 a 9:30 h

(per tiquet esporàdic o avís de no assistència contacteu abans de les 9:30h)

Administració Dinàmica

(inscripcions, cobraments, etc.)

93 357 35 19 / 651 181 244

(Mònica / de 9 a 16h)

menjadors@viudinamic.org

si dinem... podem sopar...

Llegums o fècules

Verdures cuites
hortalisses crues

Verdures

Fècules

Ous

Carns o peix

Carns

Ous o peix

Peix

Carns o ous

Fruita

Làctics o fruita

Làctics

Fruita


Especificacions Menús

*Per fer empanats i arrebossats utilitza farina de cigró pels menús sense gluten.

*El peix que es serveix el dia de menú especial és peix arrebossat



Menús supervisats per
Anna Burgués, Dietista-nutricionista
col·legiada amb número CAT/660,

 El peix és fresc i varia segons mercat



dnam!c
l'heure en acció!
www.viudinamic.org



cuines_dinamic / Viu_dinamic

Tenim a la disposició dels consumidors/es i de l'autoritat sanitària el llistat dels al·lèrgens dels plats d'aquest menú mensual. En cas necessari recordeu informar i omplir el document de sol·licitud d'al·lèrgies i intoleràncies (el podeu sol·licitar a menjadors@viudinamic.org).