

MES: Desembre 2025

ESCOLA ELS PLANELLS E INS PLANELLS

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
1	Arròs napolitana Llenguadina amb salsa verda logurt i pa (sense gluten) VE:3.448/825 GT:27 GS:8 HC:107 AZ:9 PROT:43 SAL:2	2	REVISEU ETIQUETA LLENTIES Llenties estofades amb verdures <i>Tortilla de patata al horno</i> amb amanida Fruita i pa (sense gluten) VE:3.174/759 GT:22 GS:4 HC:121 AZ:26 PROT:29 SAL:1	3	Pasta (sense gluten) Mandonguilles de lluç i pota al forn amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa (sense gluten) VE:2.873/687 GT:22 GS:4 HC:108 AZ:25 PROT:18 SAL:3	4	Bròquil al vapor amb patates Pernilets de pollastre al chilindrón Fruita i pa (sense gluten) VE:2.358/564 GT:13 GS:4 HC:108 AZ:25 PROT:40 SAL:1	5	Sopa casolana (sense gluten) Estofat a la jardinera Fruita i pa (sense gluten) VE:2.424/580 GT:16 GS:5 HC:80 AZ:23 PROT:32 SAL:3
8	FESTIU LA IMMACULADA	9	Cigrons amb verdures Truita de patata i carbassó al forn amb amanida d'enciam i blat de moro logurt i pa (sense gluten) VE:3.329/796 GT:28 GS:7 HC:102 AZ:20 PROT:36 SAL:2	10	Mongeta verda amb patates Llom en salsa Fruita i pa (sense gluten) VE:2.303/551 GT:14 GS:5 HC:81 AZ:26 PROT:28 SAL:2	11	Sopa casolana (sense gluten) Contracuixa de pollastre al forn amb amanida d'enciam i olives Fruita (eco.) i pa (sense gluten) VE:2.512/601 GT:18 GS:4 HC:70 AZ:17 PROT:36 SAL:3	12	Paella de verdures Lluç a la biscaïna amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa (sense gluten) VE:3.190/763 GT:19 GS:3 HC:115 AZ:25 PROT:33 SAL:2
15	REVISEU ETIQUETA LLENTIES Llenties estofades amb verdures Truita de tonyina amb amanida d'enciam i tomàquet logurt i pa (sense gluten) VE:2.856/683 GT:25 GS:8 HC:85 AZ:11 PROT:34 SAL:1	16	IES POSTRE DE NADAL Mongeta verda amb patates Llonganissa al forn amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa (sense gluten) VE:2.844/680 GT:32 GS:10 HC:79 AZ:27 PROT:23 SAL:3	17	Macarrons (sense gluten) amb salsa de tomàquet casolana Abadejo a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa (sense gluten) VE:3.530/844 GT:34 GS:8 HC:108 AZ:31 PROT:48 SAL:3	18	Crema de verdures (carbassó, pastanaga, patata) Arròs amb pollastre Fruita i pa (sense gluten) VE:2.607/624 GT:15 GS:3 HC:110 AZ:27 PROT:18 SAL:1	19	DINAR NADAL/JORN INTENSIV Sopa de petxines (sense gluten) Pit de pollastre amb patates xips Neules i torró de xocolata i pa (sense gluten) VE:2.842/680 GT:26 GS:9 HC:80 AZ:18 PROT:33 SAL:2
22	VACANCES DE NADAL	23		24		25		26	
29		30		31					Menu Sense Gluten