

Dilluns

8

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat
Trita a la francesa
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Purè de bròquil i pastanaga
Sonsos arrebossats
Fruita natural de temporada

Dimarts

9

Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn
Gall dindi guisat a la jardinera
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida juliana de colors
Pastís de patata, carn picada de vedella i xampinyons gratinat al forn
Fruita natural de temporada

Dimecres

10

Llenties estofades
Hamburguesa de vedella a la planxa
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
"Gazpacho"
Pizza casolana amb xampinyons, mozzarella, olives i pernil salat
logurt natural amb síndria

Dijous

11

Divendres

12

Arròs amb verdures
Filet de lluç al forn amb salsa verda
Enciams variats amanits amb col lombarda i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de quinoa, pastanaga, blat de moro, alvocat, xerri i olives negres
Ous farcits de verat i olives verdes
Fruita natural de temporada

15

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Lasanya amb bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de bròquil i pastanaga
Llom de salmó a la planxa
Fruita natural de temporada

16

Pèsols estofats
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa saltada amb bròquil i pastanaga ratllada
Ous farcits d'estiu
Fruita natural de temporada

17

Coliflor gratinada amb beixamel
Croquetes de cigrò casolanes amb salsa tzatziki
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olives negres
logurt natural

i per sopar...
"Gazpacho"
Bistec de vedella a la planxa amb patata al caliu
logurt natural amb ametlles

18

Risotto de formatges
Trita de pernil cuit
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Sandvitx d'alvocat, olivada i bonítol
Fruita natural de temporada

19

Mongetes seques bullides amb oli d'oliva
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Patates al forn amb ceba
Falafel
amb salsa tzatziki
Fruita natural de temporada

22

Sopa de lluç amb pistons
Trita de patata i fonoll
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida amb fruits secs
Orada al forn amb moniato
logurt natural

23

Crema de carbassó
amb rostes de pa al forn
Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles
Patates a grills al forn amb espècies
Fruita de temporada

i per sopar...
Cuscús amb cigrons i verdures d'estiu
Alvocat i tomàquet amanit
Fruita natural de temporada

24

Amanida de tomàquet, olives negres, orenga i formatge fresc
Llenties amb arròs integral i verdures
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de pastanaga
Quiche d'ou amb verdures
Fruita natural de temporada

25

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Daus de pollastre al curri
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Postres làctiques

i per sopar...
Verdures saltades amb arròs, pinyons i panses
Bistec de vedella a la planxa
Alvocat i tomàquet amanit
Fruita natural de temporada

26

Cigrons bullits amb oli d'oliva
Peix fresc de Mercat
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de logurt grec, oli, menta i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de cigrons amb blat de moro, pastanaga i verat
Filet de porc amb salsa de formatge
Fruita natural de temporada

29

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Arròs a la cassola amb au
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita seca esmicolada
Fruita natural de temporada

30

Llenties estofades
Trita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Mongeta tendra amb patata
Lluc amb salsa verda
Fruita natural de temporada

1 Oct

Bròquil amb patata
Croquetes de cigrò casolanes
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida d'arròs (arròs, pastanaga, tomàquet vermell i olives verdes)
Trita amb carbassó
Fruita natural de temporada

2 Oct

Mongetes seques saltades amb all i julivert
Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons
Fruita de temporada

i per sopar...
Suprema de salmó a la planxa
Patata al caliu
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita natural de temporada

3 Oct

Espaguetis integrals amb salsa de formatges
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
logurt natural

i per sopar...
Sopa minestrone
Hummus de llenties i bastonets de pastanaga
Fruita natural de temporada

Menú escolar

Octubre - 2025

Menú Base Escoles Moianès



Dilluns

6

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Macarrons a la bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda amb pastanaga, poma i olives
Llibrets de porc farcits de pernil cuit
Patata al caliu
Fruita de temporada

Dimarts

7

Bledes amb patata
Filet de gall dindi arrebossat
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
logurt natural

i per sopar...
Sipia a la planxa i patata al caliu
Carbassó a la planxa
Fruita natural de temporada

Dimecres

8

Fesolets bullits amb oli d'oliva
Pollastre guisat amb xampinyons
Fruita de temporada

i per sopar...
Trinxat de la Cerdanya
Rodanxa de formatge fresc
Fruita natural de temporada

Dijous

9

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Fruita de formatge
Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de meravella
Gall dindi amb ceba, all i llorer al forn
Fruita natural de temporada

Divendres

10

Cigrons estofats amb verdures
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Mongeta verda saltada amb allet
Remenat d'ou i porro
Fruita natural de temporada

13

Llenties estofades amb arròs
Ous durs amb salsa de tomàquet i cansalada
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Amanida amb fruita seca i formatge
Sardines fresques al forn
Patates rosses
Fruita natural de temporada

14

Tallarines camperes amb formatge ratllat
Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de patates, carn picada, ceba, carbassó i salsa de tomàquet
Alvocat i tomàquet amanit
Fruita natural de temporada

15

Verdura de temporada amb patata
Cigrons estofats amb verdures
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Llobarro al forn amb moniato, ceba, tomàquet i pastanaga
Fruita natural de temporada

16

Amanida juliana de colors
Paella mixta d'arròs (pollastre, sipia i gambes)
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita seca esmicolada
Fruita natural de temporada

17

Pèsols amb patates bullides
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet
Fruita de patates
Fruita natural de temporada

20

Mongeta tendra amb patata
Croquetes de cigrò casolanes amb salsa tzatziki
Rodanxetes de tomàquet, olives negres i amanides amb oli d'oliva i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Mini pizzas d'albergínia i mozzarella
Broquetes de rap, gamba, carbassó i tomàquet
logurt amb anacards

21

Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn
Llenties estofades amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita seca
Formatge
Fruita natural de temporada

22

Mongetes seques estofades amb pastanagues
Llom de porc a la planxa
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida amb fruita seca i formatge
Sandvitx d'alvocat, olivada i bonifol
Fruita natural de temporada

23

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat
Fruita de verdures
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Amanida de tomàquet i olives
Orada al forn amb carbassó i patata al caliu
Fruita natural de temporada

24

Arròs amb verdures
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Verdura de temporada amb patata
Fruita amb formatge
Fruita natural de temporada

27

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Lasanya amb bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Bròquil i pastanaga al vapor
Llom de salmó amb compota de poma
Fruita natural de temporada

28

Cigrons bullits amb oli d'oliva
Fruita de pernil cuit
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de fideus
Filet de gall dindi arrebossat
Carbassó arrebossat
Fruita natural de temporada

29

Arròs amb salsa de formatges
Filet de lluç amb ceba, all i llorer al forn
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Pastís de patata, verdures i carn gratinat
Alvocat i tomàquet amanit
Fruita natural de temporada

30

Pèsols estofats
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques
Fruita de temporada

i per sopar...
Espirals amb verdures
Falafel al forn
Fruita natural de temporada

31

Crema de moniato, pastanaga i ceba
Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets
Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro
Postres làctiques

i per sopar...
Fruita de patata i ceba
Pa amb tomàquet
Fruita natural de temporada

Menú escolar

Novembre - 2025

Menú Base Escoles Moianès



Dilluns

3

Crema de carbassa amb rostes de pa al forn
Trita de patata i fonoll
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada
Fruita natural de temporada

Dimarts

4

Amanida de tomàquet, olives negres, orenga i formatge fresc
Espaguetis a la bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet, nous i olives
Arròs a la cassola amb fesols i verdures
Fruita natural de temporada

Dimecres

5

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Daus de pollastre al curri
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Iogurt natural

i per sopar...
Mongeta tendra, patata i pastanagues
Remenat d'ou amb alls tendres
Mel i mató

Dijous

6

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)
Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)
Fruita de temporada

i per sopar...
Moniato saltat
Bacallà amb salsa de tomàquet
Fruita natural de temporada

Divendres

7

Llenties estofades amb patates
Peix fresc de Mercat
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Xampinyons saltats amb all i julivert
Escalopa de vedella
Patata al caliu
Fruita natural de temporada

10

Arròs amb verdures
"Burrito" vegetal casolà
Fruita de temporada

i per sopar...
Verdures saltades al wok amb daus de salmó i panses
Fruita natural de temporada

11

Llenties estofades
Trita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda amb pastanaga, poma i olives
Macarrons a la bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

12

Bròquil amb patata
Croquetes de cigró casolanes
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Arròs saltat amb hortalisses
Broquetes de rap i pebrot
Fruita natural de temporada

13

Brou de carn amb galets
Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Trita de formatge amb Cuscús de verdures
Fruita natural de temporada

14

Mongetes seques saltades amb all i julivert
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
Iogurt natural

i per sopar...
Bledes amb patata
Conill al forn
Fruita natural de temporada

17

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Macarrons a la bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa casolana de pistons
Sipia a la planxa amb all i julivert
Albergínia a la planxa
Fruita natural de temporada

18

Bledes amb patata
Filet de gall dindi arrebossat
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres
Iogurt natural

i per sopar...
Sopa amb meravella integral
Remenat d'ous amb espàrrecs, gambetes iallets tendres
Fruita natural de temporada

19

Fesolets amb verdures
Pollastre rostit amb bolets
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de patates cremós
Hamburgueses vegetals amb samfaina
Fruita natural de temporada

20

Cigrons estofats amb verdures
Trita de formatge
Fulles d'enciams variats amb daus de pebrot vermell i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa amb rostes cruixents
Sonssos arrebossats
Fruita natural de temporada

21

Sopa d'au amb arròs
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Verdures saltades amb arròs, pinyons i panses
Fruita natural de temporada

24

Llenties estofades amb arròs
Trita a la francesa
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa i brie
Llom de bacallà amb salsa de tomàquet
Fruita natural de temporada

25

Tallarines camperes amb formatge ratllat
Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita seca esmicolada
Remenat d'ous, ceba i xampinyons
Fruita natural de temporada

26

Verdura de temporada amb patata
Cigrons estofats amb verdures
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Moniato saltat
Bacallà amb salsa de tomàquet
Fruita natural de temporada

27

Crema de carbassa amb rostes de pa al forn
Paella mixta d'arròs (pollastre, sipia i gambes)
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de patates gratinat
Llom de salmó a la planxa
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita natural de temporada

28

Pèsols estofats
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Postres làctiques

i per sopar...
Coliflor gratinada amb beixamel
Falafel al forn
Albergínia arrebossada
Fruita natural de temporada

Menú escolar

Desembre - 2025

Menú Base Escoles Moianès



Dilluns

1

Mongeta tendra amb patata
Trita de verdures
Enciams variats amanits amb
cogombre i pastanaga
iogurt natural

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita
seca
Orada al forn amb llimona
Fruita natural de temporada

Dimarts

2

Crema de pastanaga i carbassa
amb rostes de pa al forn
Llenties estofades amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
Patates gratinades al forn
Cuixa de pollastre a la planxa
iogurt amb anacards

Dimecres

3

Mongetes seques estofades amb
pastanagues
Hamburguesa de vedella a la
planxa
Pastanaga ratllada, blat de moro,
trossets de nous i fulles
d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Saltat de verdura i patata de
temporada
Pinxos de rap i pinya
Fruita natural de temporada

Dijous

4

Macarrons a la napolitana amb
formatge ratllat
Bastonets de lluç arrebossats
Rodanxetes de tomàquet, olives
negres i amanides amb oli d'oliva
i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Patata i bròquil
Sardines fresques al forn
Fruita natural de temporada

Divendres

5

Arròs amb verdures
Cuixa de pollastre a la planxa
Enciams variats amanits amb col
llombarda i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Bledes amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
i cansalada
Mel i mató

8

9

Pèsols estofats
Trita de pernil cuit
Enciams variats amanits amb
raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Patates al forn amb salmó i
pastanaga
Fruita natural de temporada

10

Coliflor gratinada amb beixamel
Croquetes de cigró casolanes
amb salsa tzatziki
Fulles d'enciams variats amb
cogombre, pastanaga ratllada i
olives negres
iogurt natural

i per sopar...
Amanida al gust
Trita de patates i ceba
Fruita natural de temporada

11

Cigrons estofats amb espinacs
Pollastre rostit amb verdures i
herbes aromàtiques
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa casolana de fideus
Seitons arrebossats
Fruita natural de temporada

12

Sopa d'au amb arròs
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb
llunes de tomàquets cirerols i
alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassa i moniato
Gall dindi amb samfaina
Fruita natural de temporada

15

Amanida de tomàquet, olives
negres, orenga i formatge fresc
Macarrons a la bolonyesa
vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet, nous i
olives
Anelles de calamarsa a la planxa
amb cuscús
iogurt natural amb ametlles

16

Crema de carbassó
amb rostes de pa al forn
Llom de porc al forn amb salsa
d'ametlles
Patates a grills al forn amb
espècies
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de porros i rostes de pa
Llom de salmó amb compota de
poma
Fruita natural de temporada

17

Llenties estofades amb patates
Filet de lluç al forn amb salsa
verda
Rodanxetes de tomàquet madur,
amb olives verdes, cogombre
amb fulles d'enciam romana i
vinagreta de iogurt grec, oli,
menta i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita
seca
Falafel al forn
Fruita natural de temporada

18

Arròs integral amb salsa de
tomàquet
Trita de patata i fonoll
Pastanaga ratllada, blat de moro,
trossets de nous i fulles
d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Cuixa de pollastre a la planxa
Patata al caliu
iogurt amb anacards

19

Caldo de nadal amb galets
Pollastre de Nadal amb panses i
prunes
Enciams variats amanits amb
raves i olives verdes
Patates xips
Neules i torrons

i per sopar...
Trita de patata i carbassó
Alvocat i tomàquet amanit
Llesca de pa amb tomàquet
Fruita natural de temporada

22

23

24

25

26