

DILLUNS

1

FESTA

K H P L

Arròs
amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121)
Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro

Fruita
K 530,7 H 83,1 P 23,8 L 11,5

8

FESTA LOCAL

K H P L

Fideuà
amb musclo, gamba, calamar, rap, cranc, porro i ceba
Truita pernil dolç i formatge (8050031)
Enciam i pastanaga

Fruita
K 620,7 H 59,3 P 26,9 L 32,5

22

Coliflor
amb patates
Mandonguilles mixtes
amb tomàquet i ceba

Fruita
K 678,9 H 59,6 P 33,0 L 37,5

29

DIMARTS

2

Espirals tricolor
amb salsa bolonesa de lleties
Truita francesa
Enciam i tonyina

Fruita
K 643,8 H 68,1 P 23,6 L 28,4

9

Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata)
Contracuixa de pollastre al forn 6250110
Enciam i pastanaga

Fruita
K 672,1 H 93,1 P 17,2 L 26,1

16

Mongetes verdes (6172083)
amb patates
Filet de gall d'indi al forn amb formatge (44179)
Enciam i pastanaga

Fruita
K 595,9 H 62,3 P 37,6 L 23,0

23

Mongetes blanques guisades
(Tomàquet, ceba i all)
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patata (43005)

Fruita
K 629,4 H 72,5 P 38,5 L 20,1

30

Amanida verda completa
(Enciam, olives, blat de moro i picatostes)
Pit de de gall d'indi al forn (8250033)
amb patates

Fruita
K 850,8 H 88,8 P 36,4 L 38,8

DIMECRES

3

Arròs
amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell)
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
Enciam i blat de moro

Fruita
K 663,0 H 78,0 P 37,3 L 21,9

10

Macarrons
amb salsa de tomàquet casolà
Delícies de Salmó amb carbassa al forn
Enciam i olives

Fruita
K 567,6 H 60,3 P 28,7 L 24,8

17

Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Salsitxes de vedella a la planxa (6272643)
amb tomàquet (6272643)

Fruita
K 703,9 H 77,4 P 39,4 L 32,4

24

Purè d'hortalisses (43460)
Canelons gratinats (pollastre i porc)
amb salsa beixamel

Fruita
K 559,3 H 51,5 P 30,3 L 26,0

31

Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga

Fruita
K 791,5 H 94,4 P 42,0 L 25,4

DIJOUS

4

Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Hamburguesa Vegetal de coliflor i formatge
Enciam i pastanaga

Fruita
K 620,0 H 71,8 P 33,0 L 23,3

11

Purè de pastanaga ecològica
amb picatostes
Fricandó de vedella
amb ceba i pastanaga

Fruita
K 674,2 H 94,2 P 27,3 L 20,8

18

Purè de verdura (mongeta tendra, pastanaga, ceba)
Truita de carbassó i patata
Enciam i tonyina

Fruita
K 514,3 H 68,4 P 14,0 L 21,3

25

Arròs
amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó)
Filet de lluç al forn (44102)
Enciam i pastanaga

Fruita
K 514,1 H 64,5 P 32,5 L 17,4

31

Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga

Fruita
K 514,1 H 64,5 P 32,5 L 17,4

DIVENDRES

5

Bròquil
amb patates
Filet de lluç al forn (44102)
Enciam i olives

logurt ecològic
K 451,1 H 47,2 P 18,8 L 33,2

12

Lleties ecològiques guisades
amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)
Salsitxes de gall d'indi al forn
Enciam i tonyina

logurt ecològic
K 747,6 H 34,2 P 29,4 L 53,9

19

JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA
Espirals (8450410)
amb salsa pesto (oli i albahaca)
Pizza a l'estil del xef (78109)
(Tomàquet, mozzarella, formatge i orenga) 78109

Gelat
K 814,2 H 70,3 P 49,4 L 36,7

26

Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)
Delícies rostides de pollastre
Enciam i blat de moro

logurt ecològic
K 625,4 H 81,1 P 24,1 L 22,3

31

Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga

Fruita
K 625,4 H 81,1 P 24,1 L 22,3



TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC
CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA



DILLUNS

1	FESTA	K H P L
8	Arròs amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121) Truita d'espínacs i patata Enciam i blat de moro	K H P L
15	FESTA LOCAL	K H P L
22	Macarrons S/G amb salsa de tomàquet casolà Truita pernil dolç i formatge (8050031) Enciam i pastanaga	K H P L
29	Coliflor amb patates Mandonguilles mixtes amb tomàquet i ceba	K H P L

DIMARTS

2	Macarrons S/G amb salsa de tomàquet casolà Truita francesa Enciam i tonyina Fruita	K H P L
9	Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata) Contracuíxa de pollastre al forn 6250110 Enciam i pastanaga Fruita	K H P L
16	Mongetes verdes (6172083) amb patates Fingers de gall d'indi (39989) Enciam i pastanaga Fruita	K H P L
23	Mongetes blanques guisades (Tomàquet, ceba i all) Estofat de gall d'indi fornejat amb patata(43005) Fruita	K H P L
30	Amanida verda completa (Enciam, olives , blat de moro i pastanaga) Pit de de gall d'indi al forn (8250033) amb patates Fruita	K H P L

DIMECRES

3	Arròs amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell) Filet de gall d'indi a la planxa (8250033) Enciam i blat de moro Fruita	K H P L
10	Macarrons S/G amb salsa de tomàquet casolà Salmó al forn Enciam i olives Fruita	K H P L
17	Cigrons ecològics guisats amb espínacs Salsitxes de vedella a la planxa (6272643) amb tomàquet (6272643) Fruita	K H P L
24	Purè d'hortalisses (43460) Canelons gratinats S/G (82361) Fruita	K H P L
31	Arròs amb salsa de tomàquet casolà Cuetes de rap al forn 6350040 Enciam i pastanaga Fruita	K H P L

DIJOUS

4	Cigrons ecològics guisats amb espínacs Fingers vegetals de blat de moro (84292) Enciam i pastanaga Fruita	K H P L
11	Purè de pastanaga ecològica Hamburguesa de vedella al forn Enciam i pastanaga Fruita	K H P L
18	Purè de verdura (mongeta tendra , pastanaga, ceba) Truita de carbassó i patata Enciam i tonyina Fruita	K H P L
25	Arròs amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó) Filet de lluç al planxa (8350140) Enciam i pastanaga Fruita	K H P L

DIVENDRES

5	Bròquil amb patates Filet de lluç al planxa (8350140) Enciam i olives iogurt ecològic	K H P L
12	llenties guisades(31243) amb patata Salsitxes de gall d'indi al forn Enciam i tonyina iogurt ecològic	K H P L
19	JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA Macarrons S/G amb salsa pesto (oli i albahaca) Pizza margarida sense al·lergens (39991) Gelats	K H P L
26	Minestra de verdures patata,pastanaga, mongeta verda) Fingers de pollastre (39989) Enciam i blat de moro iogurt ecològic	K H P L



TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS
 AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC
 CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA



MENÚ ESCOLES SABADELL MAIG 2023

SENSE LACTOSA

DILLUNS

1

FESTA

K H P L

8

Arròs
amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121)
Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro

K H P L

15

FESTA LOCAL

K H P L

22

Fideuà
amb musclo, gamba, calamar, rap, cranc, porro i ceba
Rollito de primavera
Enciam i pastanaga

K H P L

29

Coliflor
amb patates
Mandonguilles mixtes
amb tomàquet i ceba

K H P L

DIMARTS

2

Espirals tricolor
amb salsa bolonesa de llenties
Truita francesa
Enciam i tonyina

K H P L

9

Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata)
Contracuixa de pollastre al forn 6250110
Enciam i pastanaga

K H P L

16

Mongetes verdes (6172083)
amb patates
Fingers de gall d'indi (39989)
Enciam i pastanaga

K H P L

23

Mongetes blanques guisades
(Tomàquet, ceba i all)
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patata (43005)

K H P L

30

Amanida verda completa
(Enciam, olives, blat de moro i picatostes)
Pit de de gall d'indi al forn (8250033)
amb patates

K H P L

DIMECRES

3

Arròs
amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell)
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
Enciam i blat de moro

K H P L

10

Macarrons
amb salsa de tomàquet casolà
Salmó al forn
Enciam i olives

K H P L

17

Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Salsitxes de vedella a la planxa (6272643)
amb tomàquet (6272643)

K H P L

24

Purè d'hortalisses (43460)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives

K H P L

31

Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Cuetes de rap al forn 6350040
Enciam i pastanaga

K H P L

DIJOUS

4

Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Fingers vegetals de blat de moro (84292)
Enciam i pastanaga

K H P L

11

Purè de carbassó (43460)
amb picatostes
Fricandó de vedella
amb ceba i pastanaga

K H P L

18

Purè de verdures (43460)
Truita de carbassó i patata
Enciam i tonyina

K H P L

25

Arròs
amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó)
Filet de lluç al planxa (8350140)
Enciam i pastanaga

K H P L

31



K H P L

DIVENDRES

5

Bròquil
amb patates
Filet de lluç al planxa (8350140)
Enciam i olives
logurt actívia sense lactosa (123450)

K H P L

12

Lenties ecològiques guisades
amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)
Salsitxes de gall d'indi al forn
Enciam i tonyina
logurt actívia sense lactosa (123450)

K H P L

19

JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA
Espirals (8450410)
amb oli d'oliva i orenga
Pizza margarida sense al·lèrgens (39991)

K H P L

26

Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)
Fingers de pollastre (39989)
Enciam i blat de moro
logurt actívia sense lactosa (123450)

K H P L

TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC
CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA

K H P L

DILLUNS

1
FESTA
K H P L

8
Arròs
amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121)
Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro
Fruita
K H P L

15
FESTA LOCAL
K H P L

22
Fideuà
amb musclo, gamba, calamar, rap, cranc, porro i ceba
Rollito de primavera
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

29
Coliflor
amb patates
Fingers vegetals de blat de moro (84292)
Enciam i olives
Fruita
K H P L

DIMARTS

2
Espirals tricolor
amb salsa bolognesa de llenties
Truita francesa
Enciam i tonyina
Fruita
K H P L

9
Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata)
Contracuixa de pollastre al forn 6250110
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

16
Mongetes verdes (6172083)
amb patates
Fingers de gall d'indi (39989)
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

23
Mongetes blanques guisades
(Tomàquet, ceba i all)
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patata (43005)
Fruita
K H P L

30
Amanida verda completa
(Enciam, olives, blat de moro i picatostes)
Pit de de gall d'indi al forn (8250033)
amb patates
Fruita
K H P L

DIMECRES

3
Arròs
amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell)
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
Enciam i blat de moro
Fruita
K H P L

10
Macarrons
amb salsa de tomàquet casolà
Salmó al forn
Enciam i olives
Fruita
K H P L

17
Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Salsitxes de pollastre al forn
amb salsa de tomàquet casolà
Fruita
K H P L

24
Purè d'hortalisses (43460)
Fingers vegetals de pastanaga (84292)
Enciam i olives
Fruita
K H P L

31
Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Cuetes de rap al forn 6350040
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

DIJOUS

4
Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Fingers vegetals de blat de moro (84292)
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

11
Purè de carbassó (43460)
amb picatostes
Fingers vegetals de bròquil (84292)
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

18
Purè de verdures (43460)
Truita de carbassó i patata
Enciam i tonyina
Fruita
K H P L

25
Arròs
amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó)
Filet de lluç al planxa (8350140)
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

26
Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)
Fingers de pollastre (39989)
Enciam i blat de moro
logurt actívia sense lactosa (123450)
Fruita
K H P L

DIVENDRES

5
Bròquil
amb patates
Filet de lluç al planxa (8350140)
Enciam i olives
logurt actívia sense lactosa (123450)
K H P L

12
Llenties ecològiques guisades
amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)
Salsitxes de gall d'indi al forn
Enciam i tonyina
logurt actívia sense lactosa (123450)
K H P L

19
JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA
Espirals (8450410)
amb oli d'oliva i orenga
Pizza margarida sense al·lergens (39991)
Gelat sense al·lergens (44418)
K H P L

26
Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)
Fingers de pollastre (39989)
Enciam i blat de moro
logurt actívia sense lactosa (123450)
K H P L



TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC
CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA

DILLUNS

1
FESTA

K H P L

8
Arròs
amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121)
Fingers de gall d'indi (39989)
Enciam i blat de moro

K H P L

15
FESTA LOCAL

K H P L

22
Arròs
amb oli i xampinyons (31121)
Rollito de primavera
Enciam i pastanaga

K H P L

29
Coliflor
amb patates
Mandonguilles mixtes
amb tomàquet i ceba

K H P L

DIMARTS

2
Ensaladilla tricolor (pèsols, pastanaga, patata) (12807)

K H P L

9
Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata)
Contracuixa de pollastre al forn 6250110
Enciam i pastanaga

K H P L

16
Mongetes verdes (6172083)
amb patates
Filet de gall d'indi al forn amb formatge (44179)
Enciam i pastanaga

K H P L

23
Mongetes blanques guisades
(Tomàquet, ceba i all)
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patata (43005)

K H P L

30
Amanida verda completa
(Enciam, olives, blat de moro i picatostes)
Pit de de gall d'indi al forn (8250033)
amb patates

K H P L

DIMECRES

3
Arròs
amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell)
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
Enciam i blat de moro

K H P L

10
Patates (43007) amb oli d'oliva i orènga (33414)

Salmó al forn
Enciam i olives

K H P L

17
Cigrons ecològics guisats amb espinacs

Salsitxes de vedella a la planxa (6272643)
amb tomàquet (6272643)

K H P L

24
Purè d'hortalisses (43460)
Hamburguesa vedella planxa (8250420MR)
Enciam i olives

K H P L

31
Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Cuetes de rap al forn 6350040
Enciam i pastanaga

K H P L

DIJOUS

4
Cigrons ecològics guisats amb espinacs

Fingers vegetals de blat de moro (84292)
Enciam i pastanaga

K H P L

11
Purè de pastanaga ecològica
amb picatostes
Fricandó de vedella
Enciam i pastanaga

K H P L

18
Purè de verdura (mongeta tendra, pastanaga, ceba)

Fingers vegetals de blat de moro (84292)
Enciam i tonyina

K H P L

25
Arròs
amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó)
Filet de lluç al planxa (8350140)
Enciam i pastanaga

K H P L

26
Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)

Fingers de pollastre (39989)
Enciam i blat de moro
logurt ecològic

K H P L

DIVENDRES

5
Bròquil
amb patates
Filet de lluç al planxa (8350140)
Enciam i olives
logurt ecològic

K H P L

12
Llenties ecològiques guisades
amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)
Salsitxes de gall d'indi al forn
Enciam i tonyina
logurt ecològic

K H P L

19
JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA

Ensaladilla tricolor (pèsols, pastanaga, patata) (12807)
Pizza margarida sense al·lèrgens (39991)
Gelat

K H P L

26
Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)

Fingers de pollastre (39989)
Enciam i blat de moro
logurt ecològic

K H P L



TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC
LLEINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA

DILLUNS

1
FESTA
K H P L

8
Arròs
amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121)
Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro
Fruita
K H P L

15
FESTA LOCAL
K H P L

22
Fideuà
amb musclo, gamba, calamar, rap, cranc, porro i ceba
Truita francesa amb formatge gratinat (69021)
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

29
Coliflor
amb patates
Fingers vegetals tricolor (84292)
Enciam i blat de moro
Fruita
K H P L

DIMARTS

2
Espirals tricolor
amb salsa bolongesa de llenties
Truita francesa
Enciam i tonyina
Fruita
K H P L

9
Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata)
Contracuixa de pollastre al forn 6250110
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

16
Mongetes verdes (6172083)
amb patates
Filet de gall d'indi al forn amb formatge (44179)
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

23
Mongetes blanques guisades
(Tomàquet , ceba i all)
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patata (43005)
Fruita
K H P L

30
Amanida verda completa
(Enciam, olives , blat de moro i picatostes)
Pit de de gall d'indi al forn (8250033)
amb patates
Fruita
K H P L

DIMECRES

3
Arròs
amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell)
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
Enciam i blat de moro
Fruita
K H P L

10
Macarrons
amb salsa de tomàquet casolà
Delícies de Salmó amb carbassa al forn
Enciam i olives
Fruita
K H P L

17
Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Salsitxes de vedella a la planxa (6272643)
amb tomàquet (6272643)
Fruita
K H P L

24
Purè d'hortalisses (43460)
Pasta amb beixamel i formatge gratinat (69021)
Fruita
K H P L

31
Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

DIJOUS

4
Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Hamburguesa Vegetal de coliflor i formatge
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

11
Purè de pastanaga ecològica
amb picatostes
Fricandó de vedella
amb ceba i pastanaga
Fruita
K H P L

18
Purè de verdura (mongeta tendra , pastanaga, ceba)
Truita de carbassó i patata
Enciam i tonyina
Fruita
K H P L

25
Arròs
amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó)
Filet de lluç al forn (44102)
Enciam i pastanaga
Fruita
K H P L

31
SERHS FOOD
01 ABR 2023
Dip. Diètica i Nutrició
Lourdes Carballa Casanova
Col. Núm. CAT058893
K H P L

DIVENDRES

5
Bròquil
amb patates
Filet de lluç al forn (44102)
Enciam i olives
logurt ecològic
K H P L

12
Llenties ecològiques guisades
amb verdures (ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Salsitxes de gall d'indi al forn
Enciam i tonyina
logurt ecològic
K H P L

19
JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA
Espirals (8450410)
amb salsa pesto (oli i albahaca)
Pizza a l'estil del xef (78109)
(Tomàquet, mozzarella, formatge i orenga) 78109
Gelat
K H P L

26
Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)
Delícies rostides de pollastre
Enciam i blat de moro
logurt ecològic
K H P L

TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC
EQUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>1</p> <p>FESTA</p> <p>Arròs</p> <p>amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121)</p> <p>Truita d'espínacs i patata</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>2</p> <p>Espirals tricolor</p> <p>amb salsa bolongesa de llenties</p> <p>Truita francesa</p> <p>Enciam i tonyina</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>3</p> <p>Arròs</p> <p>amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell)</p> <p>Rollito de primavera</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>4</p> <p>Cigrons ecològics guisats amb espínacs</p> <p>Hamburguesa Vegetal de coliflor i formatge</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>5</p> <p>Bròquil</p> <p>amb patates</p> <p>Filet de lluç al forn (44102)</p> <p>Enciam i olives</p> <p>logurt ecològic</p> <p>K H P L</p>
<p>8</p> <p>Arròs</p> <p>amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121)</p> <p>Truita d'espínacs i patata</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>9</p> <p>Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata)</p> <p>Hamburguesa de quinoa</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>10</p> <p>Macarrons</p> <p>amb salsa de tomàquet casolà</p> <p>Delícies de Salmó amb carbassa al forn</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>11</p> <p>Purè de pastanaga ecològica</p> <p>amb picatostes</p> <p>Fingers vegetals tricolor (84292)</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>12</p> <p>Llenties ecològiques guisades</p> <p>amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)</p> <p>Seitons al forn</p> <p>Enciam i tonyina</p> <p>logurt ecològic</p> <p>K H P L</p>
<p>15</p> <p>FESTA LOCAL</p> <p>Fideuà</p> <p>amb musclo, gamba, calamar, rap, cranc, porro i ceba</p> <p>Truita francesa amb formatge gratinat (69021)</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>16</p> <p>Mongetes verdes (6172083)</p> <p>amb patates</p> <p>Delícia vegetal de couscús i verdures</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>17</p> <p>Cigrons ecològics guisats amb espínacs</p> <p>Crestes de tonyina al forn (44013)</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>18</p> <p>Purè de verdura (mongeta tendra, pastanaga, ceba)</p> <p>Truita de carbassó i patata</p> <p>Enciam i tonyina</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>19</p> <p>JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA</p> <p>Espirals (8450410)</p> <p>amb salsa pesto (oli i albahaca)</p> <p>Pizza a l'estil del xef (78109)</p> <p>(Tomàquet, mozzarella, formatge i orenga) 78109</p> <p>Gelat</p> <p>K H P L</p>
<p>22</p> <p>Fideuà</p> <p>amb musclo, gamba, calamar, rap, cranc, porro i ceba</p> <p>Truita francesa amb formatge gratinat (69021)</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>23</p> <p>Mongetes blanques guisades</p> <p>(Tomàquet, ceba i all)</p> <p>Varetes de verdures</p> <p>Enciam</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>24</p> <p>Purè d'hortalisses (43460)</p> <p>Pasta amb beixamel i formatge gratinat (69021)</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>25</p> <p>Arròs</p> <p>amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó)</p> <p>Filet de lluç al forn (44102)</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>26</p> <p>Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)</p> <p>Delícies de bacallà (6350060)</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>logurt ecològic</p> <p>K H P L</p>
<p>29</p> <p>Coliflor</p> <p>amb patates</p> <p>Fingers vegetals tricolor (84292)</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>30</p> <p>Amanida verda completa</p> <p>(Enciam, olives, blat de moro i picatostes)</p> <p>Rollito de primavera</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<p>31</p> <p>Arròs</p> <p>amb salsa de tomàquet casolà</p> <p>Filet d'abadejo al forn</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p> <p>K H P L</p>	<div data-bbox="1534 1380 1697 1516" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1825 1412 2161 1500" data-label="Text"> <p>TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC</p> <p>ELIAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA</p> </div>	

DILLUNS

1	FESTA	K H P L
8	Arròs amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121) Truita d'espínacs i patata Enciam i blat de moro	K H P L
15	FESTA LOCAL	K H P L
22	Macarrons amb salsa de tomàquet (31153 i 31051) Truita pernil dolç i formatge (8050031) Enciam i pastanaga	K H P L
29	Coliflor amb patates Mandonguilles mixtes Enciam i blat de moro	K H P L

DIMARTS

2	Espirals tricolor amb salsa bolognesa de llenties Truita francesa Enciam Fruita	K H P L
9	Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata) Contracuixa de pollastre al forn 6250110 Enciam i pastanaga Fruita	K H P L
16	Mongetes verdes (6172083) amb patates Filet de gall d'indi al forn amb formatge(44179) Enciam i pastanaga Fruita	K H P L
23	Mongetes blanques guisades (Tomàquet , ceba i all) Estofat de gall d'indi fornejat amb patata (43005) Fruita	K H P L
30	Amanida verda completa (Enciam, olives , blat de moro i picatostes) Filet de gall d'indi a la planxa (8250033) amb patates Fruita	K H P L

DIMECRES

3	Arròs amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell) Filet de gall d'indi a la planxa (8250033) Enciam i blat de moro Fruita	K H P L
10	Macarrons amb salsa de tomàquet casolà Fingers vegetals de bròquil (84292) Enciam i olives Fruita	K H P L
17	Cigrons ecològics guisats amb espínacs Salsitxes de vedella a la planxa (6272643) amb tomàquet (6272643) Fruita	K H P L
24	Purè d'hortalisses (43460) Pasta amb beixamel i formatge gratinat (69021) Fruita	K H P L
31	Arròs amb salsa de tomàquet casolà Fingers vegetals de blat de moro (84292) Enciam i pastanaga Fruita	K H P L

DIJOUS

4	Cigrons ecològics guisats amb espínacs Hamburguesa Vegetal de coliflor i formatge Enciam i pastanaga Fruita	K H P L
11	Purè de pastanaga ecològica amb picatostes Fricandó de vedella amb ceba i pastanaga Fruita	K H P L
18	Purè de verdura (mongeta tendra , pastanaga, ceba) Truita de carbassó i patata Enciam Fruita	K H P L
25	Arròs amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó) Rollito de primavera Enciam i pastanaga Fruita	K H P L
31	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>SERHIS FOOD 01/05/2023 Dip. Sanitat i Nutrició Lluís Companys, 106 Col. Núm. CAT050083</p> </div>	K H P L

DIVENDRES

5	Bròquil amb patates Rollito de primavera Enciam i olives logurt ecològic	K H P L
12	Llenties ecològiques guisades amb verdures (ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot) Rollito de primavera Enciam logurt ecològic	K H P L
19	JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA Espirals (8450410) amb salsa pesto (oli i albahaca) Pizza margarida sense al·lèrgens (39991) Gelat	K H P L
26	Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda) Fingers de pollastre (39989) Enciam i blat de moro logurt ecològic	K H P L
31	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA</p> </div>	K H P L



MENÚ ESCOLES SABADELL MAIG 2023

HIPOCALÒRIC

DILLUNS

1

FESTA

K H P L

8

Arròs

amb oli d'all i julivert (17450041) i xampinyons (31121)

Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro

K H P L

15

FESTA LOCAL

K H P L

22

Fideuà

amb musclo, gamba, calamar, rap, cranc, porro i ceba

Truita francesa
Enciam i pastanaga

K H P L

29

Coliflor
amb patates
Mandonguilles mixtes
amb tomàquet i ceba

K H P L

DIMARTS

2

Espirals tricolor
amb salsa bolognesa de llenties
Truita francesa
Enciam i tonyina

K H P L

9

Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata)

Contracuixa de pollastre al forn 6250110

Enciam i pastanaga

K H P L

16

Mongetes verdes (6172083)
amb patates
Hamburguesa Vegetal de coliflor i formatge
Enciam i pastanaga

K H P L

23

Mongetes blanques guisades

(Tomàquet, ceba i all)

Bistec de gall d'indi al forn (8250010)

Enciam

K H P L

30

Amanida verda completa
(Enciam, olives, blat de moro i picatostes)
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
amb patates

K H P L

DIMECRES

3

Arròs
amb oli d'oliva i orenga
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
Enciam i blat de moro

K H P L

10

Macarrons
amb salsa de tomàquet casolà

Salmó al forn
Enciam i olives

K H P L

17

Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Salsitxes de vedella a la planxa (6272643)
amb tomàquet (6272643)

K H P L

24

Purè d'hortalisses (43460)

Pasta amb beixamel i formatge gratinat (69021)

K H P L

31

Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Cuetes de rap al forn 6350040
Enciam i pastanaga

K H P L

DIJOUS

4

Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Hamburguesa Vegetal de coliflor i formatge
Enciam i pastanaga

K H P L

11

Purè de pastanaga ecològica

Fricandó de vedella
amb ceba i pastanaga

K H P L

18

Purè de verdura (mongeta tendra, pastanaga, ceba)

Truita de carbassó i patata
Enciam i tonyina

K H P L

25

Arròs

amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó)

Lluç al forn (8350140)
Enciam i pastanaga

K H P L

26

Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)

Hamburguesa de verdures (pastanaga, api, nab) 82287

Enciam i blat de moro

logurt desnatat

K H P L

26

JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA

Espirals (8450410)

amb oli d'oliva i orenga

Pizza a l'estil del xef (78109)

(Tomàquet, mozzarella, formatge i orenga) 78109

Gelat

K H P L



TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC
LLEI NATI I AMANIT AMB OLI D'OLIVA

K H P L

DILLUNS

1

FESTA

K H P L

8

Arròs
amb oli d'oliva i orenga
Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro

Fruita

K H P L

15

FESTA LOCAL

K H P L

22

Macarrons
amb oli d'oliva i orenga
Truita pernil dolç i formatge (8050031)
Enciam i pastanaga

Fruita

K H P L

29

Coliflor
amb patates
Mandonguilles mixtes
amb tomàquet i ceba

Fruita

K H P L

DIMARTS

2

Espirals tricolor
amb salsa bolognesa de llenties
Truita francesa
Enciam i tonyina

Fruita

K H P L

9

Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carxofa i patata)
Contraçuixa de pollastre al forn 6250110
Enciam i pastanaga

Fruita

K H P L

16

Mongetes verdes (6172083)
amb patates
Filet de gall d'indi al forn amb formatge (44179)
Enciam i pastanaga

Fruita

K H P L

23

Mongetes blanques (31242)
amb patates
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patata (43005)

Fruita

K H P L

30

Amanida verda completa
(Enciam, olives , blat de moro i picatostes)
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
amb patates

Fruita

K H P L

DIMECRES

3

Arròs
amb verdures (ceba, pebrot verd i pebrot vermell)
Filet de gall d'indi a la planxa (8250033)
Enciam i blat de moro

Fruita

K H P L

10

Macarrons
amb salsa de tomàquet casolà
Delícies de Salmó amb carbassa al forn
Enciam i olives

Fruita

K H P L

17

Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Salsitxes de vedella a la planxa (6272643)
amb tomàquet (6272643)

Fruita

K H P L

24

Purè d'hortalisses (43460)
Pasta amb beixamel i formatge gratinat (69021)

Fruita

K H P L

31

Arròs
amb salsa de tomàquet casolà
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga

Fruita

K H P L

DIJOUS

4

Cigrons ecològics guisats amb espínacs
Hamburguesa Vegetal de coliflor i formatge
Enciam i pastanaga

Fruita

K H P L

11

Purè de pastanaga ecològica
amb picatostes
Fricandó de vedella
amb ceba i pastanaga

Fruita

K H P L

18

Purè de verdura (mongeta tendra , pastanaga, ceba)
Truita de carbassó i patata
Enciam i tonyina

Fruita

K H P L

25

Arròs
amb samfaina (tomàquet, ceba i carbassó)
Filet de lluç al forn (44102)
Enciam i pastanaga

Fruita

K H P L

31

K H P L

DIVENDRES

5

Bròquil
amb patates
Filet de lluç al forn (44102)
Enciam i olives
logurt ecològic

K H P L

12

Llenties ecològiques guisades
amb verdures (ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Salsitxes de gall d'indi al forn
Enciam i tonyina
logurt ecològic

K H P L

19

JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA
Espirals (8450410)
amb oli d'oliva i orenga
Pizza a l'estil del xef (78109)
(Tomàquet, mozzarella, formatge i orenga) 78109
Gelat

K H P L

26

Minestra de verdures patata, pastanaga, mongeta verda)
Fingers de pollastre (39989)
Enciam i blat de moro
logurt ecològic

K H P L

K H P L



TOTS ELS MENÚ ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC
CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA



*AMANIDES VARIADES: (3 ref /dia) ENCIAM O MEZCLUM, PASTANAGA, OLIVES, BLAT DE MORO, TOMÀQUET, COGOMBRE, PIPES, SOJA, POMA O FORMATGE FRESC.

(DEPENDENT DE LES AL·LÈRGIES O DERIVACIONS)

ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA (integral) I AIGUA DE XARXA

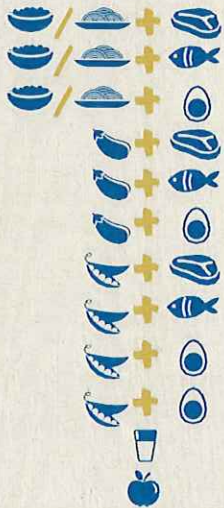
FRUITA DE TEMPORADA : PERA, PLÀTAN, POMA, NECTARINA, KIWI, SÍNDRIA, MELÓ



recomanacions del sopar

Us suggerim els grups d'aliments més adients per al sopar dels vostres fills i filles, per tal de completar la dieta equilibrada del dia. Aquestes orientacions us poden ajudar a planificar els sopars setmanals perquè siguin variats i saludables.

DINAR



SOPAR



aquest mes

Claus per a un CONSUM CONSCIENT

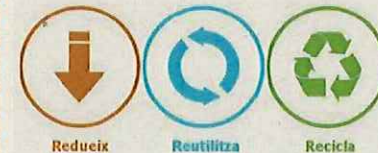
 BEU AIGUA DE L'EIXETA	 PASSAT A LA BANCA ÈTICA	 MENJA LOCAL I DE TEMPORADA	 REDUEIX EL TEU CONSUM
 VIST MODA SOSTENIBLE	 COMBAT LA PLAGA PLÀSTICA	 REUTILITZA I REPARA	 DONA SUPORT A COOPERATIVES
 MENJA MÉS VEGETALS	 NO DONES MÉS PODER A LES MULTINACIONALS	 MOU-TE SENSE FUMS	 COMPRA AL XICOTET COMERÇ

10 mesos causes

Cuidem el medi ambient!

Des de casa, són moltes les petites accions que podem fer per anar reduint els residus que generem i, així, cuidar una mica més el medi ambient: utilitzar cabàs o bosses de tela, comprar a granel, evitar embalatges innecessaris...

Us deixem un enllaç amb més idees, a continuació.



Segell dietista

CLICA LA IMATGE

SERHS FOOD

01 JUNY 2023
Dept. Dins de Nutrició
Lourdes Oriola Caspdevila
Col. Núm. CAT000863



D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Informació nutricional del menú escolar diari

K Energia (kcal)	P Proteïna
H Hidrats de carboni	L Lípids

