



Consell Comarcal
del Ripollès

IE MESTRE ANDREU

NOVEMBRE 2025

DIETA:

BASAL

DILLUNS

3

*festa de lliure
disposició*

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Llonganissa de porc
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Carn d'olla
(cigrons, col i patata amb pilota de vedella)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal i formatge ratllat
Fruita del temps

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
logurt natural La Fageda

21

Crema de fesols
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural La Fageda

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE ALBERGINIA

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures (s/alberginia)
(carbassó, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina (s/alberginia)
(pebrot, ceba i tomàquet)
Llonganissa de porc
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Carn d'olla
(cigrons, col i patata amb pilota de vedella)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures (s/alberginia)
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal i formatge ratllat
logurt natural

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures (s/alberginia)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE CARN I LLET DE
VACA

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Rap al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses (s/làctics)
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Truita francesa
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa (s/làctics)
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Pèsols a l'allet
Enciam amb blat de moro
Fruita del temps

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Llegums i verdures d'olla
(cigrons, col i patata)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures (s/làctics)
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal (s/formatge)
Fruita del temps

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures (s/làctics)
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Truita francesa
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols (s/làctics)
Espaguetis integrals amb
beixamel vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de llegums amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó (s/làctics)
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures (s/làctics)
Rap al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

28

Amanida de tomàquet, cogombre
i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*Iogurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 25

DIETA:

SENSE FRUCTOSA

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda (s/sucre)

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Daus de gall dindi
Enciam amb pastanaga
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Llonganissa de porc
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda (s/sucre)

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Carn d'olla
(cigrons, col i patata amb pilota de vedella)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
verdures saltejades
Ous durs amb oli i orenga
Amanida variada
logurt natural (s/sucre)

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural (s/sucre)

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE FRUITS SECS I
NOUS

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Llonganissa de porc
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Carn d'olla
(cigrons, col i patata amb pilota de vedella)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal i formatge ratllat
logurt natural

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pesols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE FRUITS SECS

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Llonganissa de porc
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Carn d'olla
(cigrons, col i patata amb pilota de vedella)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal i formatge ratllat
logurt natural

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE LLENTIES I
MONGETES VERMELLES

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Daus de gall dindi
Enciam amb pastanaga
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Llonganissa de porc
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

13

Mongetes blanques estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Carn d'olla
(cigrons, col i patata amb pilota de vedella)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal i formatge ratllat
logurt natural

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols blancs
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

26

Mongetes blanques estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE MONGETES
SEQUES

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Llonganisseta de porc
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Carn d'olla
(cigrons, col i patata amb pilota de vedella)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal i formatge ratllat
logurt natural

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llit de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de cigrons
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llit de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMILIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

PLV NO VEDELLA I
SENSE FRUITS SECS

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses (s/làctics)
(pastanaga i bròquil)
Cigrans amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa (s/làctics)
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Cap de llom de porc al forn
Enciam amb blat de moro
Fruita del temps

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Llegums i verdures d'olla
(cigrans, col i patata)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures (s/làctics)
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal (s/formatge)
Fruita del temps

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrans amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures (s/làctics)
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Pollastre al forn
Amb llit de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols (s/làctics)
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llit de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó (s/làctics)
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures (s/làctics)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

28

Amanida de tomàquet, cogombre
i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*Iogurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

PLV NO VEDELLA

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses (s/làctics)
(pastanaga i bròquil)
Cigrans amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa (s/làctics)
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Cap de llom de porc al forn
Enciam amb blat de moro
Fruita del temps

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Llegums i verdures d'olla
(cigrans, col i patata)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures (s/làctics)
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal (s/formatge)
Fruita del temps

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrans amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures (s/làctics)
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Pollastre al forn
Amb llit de ceba i patata
Fruita del temps

20

Broquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols (s/làctics)
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llit de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó (s/làctics)
Lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures (s/làctics)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

28

Amanida de tomàquet, cogombre
i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*Iogurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

OVOLACTEOVEGETARIANA

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Pèsols amb ceba i tomàquet
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Truita francesa
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Mongetes blanques a l'allet
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Truita francesa
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Pèsols a l'allet
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de verdures amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Llegums i verdures d'olla
(cigrons, col i patata)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal i formatge ratllat
logurt natural

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de coliflor i formatge
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Bròquil amb patata i moniato
Truita francesa
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols
Espaguetis integrals amb
salsa beixamel vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de llegums amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Cigrons amb verdures saltades
(ceba, pastanaga, pebrot)
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures
Pèsols amb ceba
Enciam i pastanaga
logurt natural

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Truita francesa amb arròs integral
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE GLUTEN I PLV NO
VEDELLA

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus s/gluten
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses (s/làctics)
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa (s/làctics)
Daus de gall dindi
Enciam amb pastanaga
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Cap de llom de porc al forn
Enciam amb blat de moro
Fruita del temps

13

Mongetes estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta s/gluten
(porro, nap, api i pastanaga)
Llegums i verdures d'olla
(cigrons, col i patata)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures (s/làctics)
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal (s/formatge)
Fruita del temps

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures (s/làctics)
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Pollastre al forn
Amb llit de ceba i patata
Fruita del temps

20

Broquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols (s/làctics)
Espaguetis s/gluten amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta s/gluten
Estofat de xai amb llit de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó (s/làctics)
Lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

26

Mongetes estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures (s/làctics)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

28

Amanida de tomàquet, cogombre
i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*Iogurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE GLUTEN

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus s/gluten
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa amb formatge
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa
Daus de gall dindi
Enciam amb pastanaga
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Llonganissa de porc
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

13

Mongetes estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta s/gluten
(porro, nap, api i pastanaga)
Carn d'olla
(cigrons, col i patata amb pilota de vedella)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal i formatge ratllat
logurt natural

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llet de ceba i patata
Fruita del temps

20

Broquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols
Espaguetis s/gluten amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta s/gluten
Estofat de xai amb llet de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó
Lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

26

Mongetes estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural

28

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE LACTOSA

DILLUNS

3

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

4

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema d'hortalisses (s/lactosa)
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
logurt natural La Fageda s/lactosa

DIJOUS

6

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

7

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Crema de carbassa (s/lactosa)
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

12

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Cap de llom de porc al forn
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda s/lactosa

13

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Fruita del temps

14

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Llegums i verdures d'olla
(cigrons, col i patata)
Fruita del temps

17

Arròs integral amb
salsa de verdures (s/lactosa)
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal (s/formatge)
logurt natural s/lactosa

18

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Fruita del temps

19

Crema de verdures (s/lactosa)
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Hamburguesa de vedella
Amb llit de ceba i patata
Fruita del temps

20

Broquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Crema de fesols (s/lactosa)
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Fruita del temps

24

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llit de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

25

Crema de carbassó (s/lactosa)
Lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

26

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita del temps

27

Crema de verdures (s/lactosa)
Daus de gall d'indi amb
Enciam i pastanaga
logurt natural s/lactosa

28

Amanida de tomàquet, cogombre
i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Fruita del temps

*Amanit i/o cuinat amb oli d'oliva
*Fregits cuinats amb oli girasol alt oleic
*logurt natural LAFAGEDA
*Pa integral de proximitat
*Pastes i arròs integral
*Aigua ultrafiltrada
* EN EL CAS DE MODIFICAR EL MENÚ
ES COMUNICARÀ A LES FAMÍLIES

