



Consell Comarcal
del Ripollès

IE MESTRE ANDREU

MARÇ 2026

DIETA:

BASAL

DILLUNS

2

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

DIMARTS

3

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

DIMECRES

4

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

DIJOUS

5

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

DIVENDRES

6

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

9

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

10

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

11

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Bistec de pollastre al forn
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

12

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

13

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

16

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

17

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

18

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

19

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

20

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

23

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

24

Crema de carbassó
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

25

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

26

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

27

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



VACANCES





Consell Comarcal
del Ripollès

MARÇ 2026

DIETA:

SENSE LLENTIES I
MONGETES VERMELLES

DILLUNS

2

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

DIMARTS

3

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

DIMECRES

4

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

DIJOUS

5

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

DIVENDRES

6

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

9

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

10

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

11

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Bistec de pollastre al forn
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

12

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

13

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

16

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

17

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

18

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

19

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

20

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

23

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

24

Crema de carbassó
Lluç enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

25

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

26

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

27

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



VACANCES





Consell Comarcal
del Ripollès

NOVEMBRE 2025

DIETA:

SENSE LACTOSA I
FRUCTOSA

DILLUNS

2

Sopa de verdures amb fideus
(porro, nap, api, pastanaga i col)
Daus de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Mandarina o plàtan verd

DIMARTS

3

Coliflor amb patata al vapor
Truita a la francesa
Amanida amb olives
Mandarina o plàtan verd

DIMECRES

4

Crema d'hortalisses (s/lactosa)
(pastanaga i bròquil)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Mandarina o plàtan verd

DIJOUS

5

Minestra de verdures
(mongeta tendra, pèsols, coliflor i patata)
Bacallà al forn
Amb patata al forn
Mandarina o plàtan verd

DIVENDRES

6

Arròs integral amb verdures
(carbassó, albergínia, pebrot verd i vermell i ceba)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Mandarina o plàtan verd

9

Crema de carbassa (s/lactosa)
Macarrons integrals
Amb salsa de llegums
Mandarina o plàtan verd

10

Mongeta tendra amb patata i moniato
Lluç al forn
Amanida amb blat de moro
Mandarina o plàtan verd

11

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Bistec de pollastre al forn
Enciam amb blat de moro
Mandarina o plàtan verd

12

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita de patata i ceba
Enciam amb olives
Mandarina o plàtan verd

13

Sopa de pollastre amb pasta
(porro, nap, api i pastanaga)
Llegums i verdures d'olla
(cigrons, col i patata)
Mandarina o plàtan verd

16

Arròs integral amb
salsa de verdures (s/lactosa)
Ous durs gratinats amb beixamel
vegetal (s/formatge)
Mandarina o plàtan verd

17

Amanida d'hortalisses i patata
(carbassa, pastanaga, pèsols i tonyina)
Cigrons amb verdures
(api, porro, ceba i patata)
Mandarina o plàtan verd

18

Crema de verdures (s/lactosa)
(porro, ceba, carbassó i coliflor)
Cap de llom de porc al forn
Amb llit de ceba i patata
Mandarina o plàtan verd

19

Broquil amb patata i moniato
Filet de rap al forn
Amanida variada
Mandarina o plàtan verd

20

Crema de fesols (s/lactosa)
Espaguetis integrals amb
salsa carbonara vegetal
Mandarina o plàtan verd

23

Sopa de verdures amb pasta
Estofat de xai amb llit de verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Mandarina o plàtan verd

24

Crema de carbassó (s/lactosa)
Lluç al forn
Amanida variada
Mandarina o plàtan verd

25

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa
Enciam i olives
Mandarina o plàtan verd

26

Crema de verdures (s/lactosa)
Daus de gall d'indi amb
Enciam i pastanaga
Mandarina o plàtan verd

27

Amanida de tomàquet, cogombre
i olives verdes
Arròs integral amb bacallà
Mandarina o plàtan verd

*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



VACANCES





Consell Comarcal
del Ripollès

MARÇ 2026

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)
Bistec de pollastre 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)
Cap de llom de porc 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



VACANCES





Consell Comarcal
del Ripollès

MARÇ 2026

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)
Bistec de pollastre al forn
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)
Llonganissa de porc
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



VACANCES





MARÇ 2026

DIETA:

**SENSE CARN I LLET DE
VACA**

DILLUNS

2

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

DIMARTS

3

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

DIMECRES

4

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

DIJOUS

5

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

DIVENDRES

6

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

9

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

10

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

11

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

12

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

13

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

16

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

17

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

18

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

19

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

20

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

23

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

24

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

25

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

26

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

27

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



VACANCES





Consell Comarcal
del Ripollès

MARÇ 2026

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)
Bistec de pollastre al forn
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 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)
Llonganissa de porc
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



VACANCES





Consell Comarcal
del Ripollès

MARÇ 2026

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)
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



VACANCES





Consell Comarcal
del Ripollès

MARÇ 2026

DIETA:

PLV NO VEDELLA I
SENSE FRUITS SECS

DILLUNS

2

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

DIMARTS

3

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

DIMECRES

4

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

DIJOUS

5

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

DIVENDRES

6

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

9

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

10

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

11

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

12

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

13

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

16

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

17

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

18

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

19

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

20

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

23

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

24

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

25

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

26

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

27

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



VACANCES





Consell Comarcal
del Ripollès

IE MESTRE ANDREU

MARÇ 2026

DIETA:

SENSE OU I PEIX

DILLUNS

2

Sopa de verdures amb fideus (s/traces d'ou)
(porro, nap, api, col, pastanaga)
Estofat de gall dindi amb
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

DIMARTS

3

Coliflor amb patata al vapor
Pollastre a la planxa
Amanida amb olives
Fruita del temps

DIMECRES

4

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

DIJOUS

5

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

DIVENDRES

6

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

9

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

10

Mongeta tendra amb patata i moniato
Gall dindi a la planxa
Amanida amb blat de moro
Fruita del temps

11

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Bistec de pollastre al forn
Enciam amb blat de moro
logurt natural La Fageda

12

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Varetes de verdures al forn
Enciam amb olives
Fruita del temps

13

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

16

Arròs integral amb
salsa de verdures
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

17

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

18

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

19

Bròquil amb patata i moniato
Gall dindi al forn
Amanida variada
logurt natural La Fageda

20

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

23

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

24

Crema de carbassó
Pollastre enfarinat
Amanida variada
Fruita del temps

25

Llenties estofades amb verdures
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Varetes de verdures al forn
Enciam i olives
Fruita del temps

26

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

27

Amanida de tomàquet, formatge
fresc i olives verdes
Pollastre al forn
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



VACANCES

