

INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MENU SENSE GLUTEN

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 01	DIVENDRES 02
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARROS PAELLA	PESOLS I PATATES SALTEJATS AMB ALLS	AMANIDA DE VERDURES AMB TONYINA	PASTA SENSE GLUTEN AL GRATEN	CREMA DE CARBASSÒ
MANDONGUILLES DE VEDELLA #N/A	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB TOMAQUET	LLOM DE PORC AMANIDA AMB TOMAQUET	POLLASTRE A LA PLANXA POLLASTRE A LA PLANXA	AMANIDA DE CIGRONS AMANIDA AMB OLIVES
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LLENTIES AMB HORTALISSES	PASTA SENSE GLUTEN I SENSE PROTEÏNA	ARROS, TOMAQUET SENSE GLUTEN	CREMA DE PASTANAGA	COL I PATATA SALTEJADA
TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	LLUÇ A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	POLLASTRE AL FORN AMANIDA AMB TOMAQUET	EMPEDRAT DE MONGETES AMANIDA VERDA	ESTOFAT DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
CREMA DE VERDURES	AMANIDA D'ARROS	MONGETES VERDES I PATATES	CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES	PASTA SENSE GLUTEN AL GRATEN
POLLASTRE A LA PLANXA AMB SAMFAINA	LLUÇ A LA PLANXA AMANIDA AMB OLIVES	BOTIFARRA A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MENU SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARROS PAELLA	PESOLS I PATATES SALTEJATS AMB ALLS	AMANIDA DE VERDURES AMB TONYINA (SENSE OU)	PASTA SENSE GLUTEN AL GRATEN	PURE CARBASSÒ SENSE FORMATGE
BISTEC DE VEDELLA AMB AMANIDA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET	LLOM DE PORC AMANIDA AMB TOMAQUET	POLLASTRE A LA PLANXA POLLASTRE A LA PLANXA	CIGRONS BULLIT AMB OLI I SAL AMANIDA AMB OLIVES
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LLENTIES AMB HORTALISSES	PASTA SENSE GLUTEN	ARROS AMB TOMAQUET	PURE DE PASTANAGA SENSE FORMATGE	COL I PATATA SALTEJADA
LLOM A LA PLANXA AMANIDA AMB PASTANAGA	LLUÇ A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	POLLASTRE AL FORN AMANIDA AMB TOMAQUET	EMPEDRAT DE MONGETES AMANIDA VERDA	ESTOFAT DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
CREMA DE VERDURES	AMANIDA D'ARROS (SENSE OU)	MONGETES VERDES I PATATES	CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES	PASTA SENSE GLUTEN AL GRATEN
HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB SAMFAINA	LLUÇ A LA PLANXA AMANIDA AMB OLIVES	BOTIFARRA A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	CARN A LA PLANXA AMANIDA AMB PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MENU SENSE PROTEÏNA DE LLET NI LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARROS PAELLA	PESOLS I PATATES SALTEJATS AMB AI AMANIDA DE VERDURES AMB TONYIN PASTA SENSE GRATINAR			PURE CARBASSÒ SENSE FORMATGE
HAMBURGUESA DE VEDELLA #N/A	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB TOMAQUET	LLOM DE PORC AMANIDA AMB TOMAQUET	POLLASTRE A LA PLANXA POLLASTRE ARREBOSSAT	AMANIDA DE CIGRONS AMANIDA VERDA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LLENTIES BULLIDES SENSE XORIÇ	PASTA AMB PROTEÏNA VEGETAL	ARROS AMB TOMAQUET	PURE DE PASTANAGA SENSE FORMATGE	COL I PATATA SALTEJADA
TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	LLUÇ ORLY AMANIDA AMB BLAT DE MORO	POLLASTRE AL FORN AMANIDA AMB TOMAQUET	EMPEDRAT DE MONGETES AMANIDA VERDA	ESTOFAT DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
CREMA DE VERDURES (SENSE LLET)	AMANIDA D'ARROS	MONGETES VERDES I PATATES	CIGRONS BULLITS SENSE XORIÇ	PASTA SENSE GRATINAR
HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB SAMFAINA	FILET DE LLUÇ AMANIDA VERDA	BOTIFARRA A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

TOTS ELS PLATS SENSE FORMATGE NI GRATINATS

INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MENU SENSE PROTEÏNA DE VACA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARROS PAELLA	PESOLS I PATATES SALTEJATS AMB ALLS	AMANIDA DE VERDURES AMB TONYINA	PASTA SENSE GRATINAR	PURE CARBASSÒ SENSE FORMATGE
POLLASTRE A LA PLANXA #N/A	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB TOMAQUET	LLOM DE PORC AMANIDA AMB TOMAQUET	POLLASTRE A LA PLANXA POLLASTRE ARREBOSSAT	AMANIDA DE CIGRONS AMANIDA AMB OLIVES
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LLENTIES BULLIDES SENSE XORIÇ	PASTA AMB PROTEÏNA VEGETAL	ARROS AMB TOMAQUET	PURE DE PASTANAGA SENSE FORMATGE	COL I PATATA SALTEJADA
TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	LLUÇ ORLY AMANIDA AMB BLAT DE MORO	POLLASTRE AL FORN AMANIDA AMB TOMAQUET	EMPEDRAT DE MONGETES AMANIDA VERDA	LLOM A LA PLANXA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
CREMA DE VERDURES (SENSE LLET)	AMANIDA D'ARROS	MONGETES VERDES I PATATES	CIGRONS BULLITS SENSE XORIÇ	PASTA SENSE GRATINAR
HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB SAMFAINA	FILET DE LLUÇ AMANIDA AMB OLIVES	BOTIFARRA A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MENU SENSE LLEGUMS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARROS PAELLA	PATATES AMB BLEDES	AMANIDA DE VERDURES AMB TONYINA	PASTA AL GRATEN	CREMA DE CARBASSÒ
MANDONGUILLES DE VEDELLA #N/A	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB TOMAQUET	LLOM DE PORC AMANIDA AMB TOMAQUET	POLLASTRE A LA PLANXA POLLASTRE ARREBOSSAT	VERDURA BULLIDA AMANIDA AMB OLIVES
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SOPA DE VERDURES	PASTA AMB PROTEÏNA VEGETAL	ARROS AMB TOMAQUET	CREMA DE PASTANAGA	COL I PATATA SALTEJADA
TRUITA DE FORMATGE AMANIDA AMB PASTANAGA	LLUÇ ORLY AMANIDA AMB BLAT DE MORO	POLLASTRE AL FORN AMANIDA AMB TOMAQUET	SOPA DE FIDEUS AMANIDA VERDA	ESTOFAT DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
CREMA DE VERDURES	AMANIDA D'ARROS	MONGETES VERDES I PATATES	VERDURA BULLIDA	PASTA AL GRATEN
HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB SAMFAINA	FILET DE LLUÇ AMANIDA AMB OLIVES	BOTIFARRA A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MENU SENSE PEIX NI MARISC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARROS AMB COSTELLA	PESOLS I PATATES SALTEJATS AMB ALLS	VERDURA BULLIDA	PASTA AL GRATEN	CREMA DE CARBASSÒ
MANDONGUILLES DE VEDELLA #N/A	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB TOMAQUET	LLOM DE PORC AMANIDA AMB TOMAQUET	POLLASTRE A LA PLANXA POLLASTRE ARREBOSSAT	CIGRONS BULLIT AMB OLI I SAL AMANIDA AMB OLIVES
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LLENTIES AMB HORTALISSES	PASTA AMB PROTEÏNA VEGETAL	ARROS AMB TOMAQUET	CREMA DE PASTANAGA	COL I PATATA SALTEJADA
TRUITA DE FORMATGE AMANIDA AMB PASTANAGA	LLOM A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	POLLASTRE AL FORN AMANIDA AMB TOMAQUET	EMPEDRAT DE MONGETES AMANIDA VERDA	ESTOFAT DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
CREMA DE VERDURES	ARROS AMB TOMAQUET	MONGETES VERDES I PATATES	CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES	PASTA AL GRATEN
HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB SAMFAINA	CARN A LA PLANXA AMANIDA AMB OLIVES	BOTIFARRA A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MENU SENSE FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARROS PAELLA	PESOLS I PATATES SALTEJATS AMB ALLS	AMANIDA DE VERDURES AMB TONYINA	PASTA AL GRATEN	CREMA DE CARBASSÒ
MANDONGUILLES DE VEDELLA #N/A	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB TOMAQUET	LLOM DE PORC AMANIDA AMB TOMAQUET	POLLASTRE A LA PLANXA POLLASTRE ARREBOSSAT	AMANIDA DE CIGRONS AMANIDA AMB OLIVES
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LLENTIES AMB HORTALISSES	PASTA AMB PROTEÏNA VEGETAL	ARROS AMB TOMAQUET	CREMA DE PASTANAGA	COL I PATATA SALTEJADA
TRUITA DE FORMATGE AMANIDA AMB PASTANAGA	LLUÇ ORLY AMANIDA AMB BLAT DE MORO	POLLASTRE AL FORN AMANIDA AMB TOMAQUET	EMPEDRAT DE MONGETES AMANIDA VERDA	ESTOFAT DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
CREMA DE VERDURES	AMANIDA D'ARROS	MONGETES VERDES I PATATES	CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES	PASTA AL GRATEN
HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB SAMFAINA	FILET DE LLUÇ AMANIDA AMB OLIVES	BOTIFARRA A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MENU SENSE MONGETES SEQUES

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARROS PAELLA	PESOLS I PATATES SALTEJATS AMB ALLS	AMANIDA DE VERDURES AMB TONYINA	PASTA AL GRATEN	CREMA DE CARBASSÒ
MANDONGUILLES DE VEDELLA #N/A	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB TOMAQUET	LLOM DE PORC AMANIDA AMB TOMAQUET	POLLASTRE A LA PLANXA POLLASTRE ARREBOSSAT	AMANIDA DE CIGRONS AMANIDA AMB OLIVES
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LLENTIES AMB HORTALISSES	PASTA A LA ITALIANA	ARROS AMB TOMAQUET	CREMA DE PASTANAGA	COL I PATATA SALTEJADA
TRUITA DE FORMATGE AMANIDA AMB PASTANAGA	LLUÇ ORLY AMANIDA AMB BLAT DE MORO	POLLASTRE AL FORN AMANIDA AMB TOMAQUET	VERDURA AMB PATATES AMANIDA VERDA	ESTOFAT DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB XAMPINYONS
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
CREMA DE VERDURES	AMANIDA D'ARROS	MONGETES VERDES I PATATES	CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES	PASTA AL GRATEN
HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB SAMFAINA	FILET DE LLUÇ AMANIDA AMB OLIVES	BOTIFARRA A LA PLANXA AMANIDA AMB BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMANIDA AMB PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA AMB TOMAQUET
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES