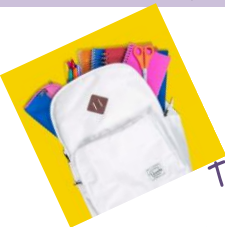


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties al estil ordesa (xampis, patata, botifarra negra, baco, tomàquet) Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa integral Kcal: 526,732 prot (g): 32,116 lip (g): 16,126 hc (g): 61,815	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa Kcal: 637,102 prot (g): 43,068 lip (g): 21,236 hc (g): 65,455	Cigrons estofats Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet, soja, ceba) - Fruita i pa integral Kcal: 530,141 prot (g): 23,451 lip (g): 9,727 hc (g): 80,459	FESTIU
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç amb salsa marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa Kcal: 385,218 prot (g): 23,024 lip (g): 7,049 hc (g): 53,086	Espagueti integral a la italiana amb formatge Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa integral Kcal: 537,978 prot (g): 16,9 lip (g): 17,182 hc (g): 71,734	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt natural sense sucre i pa Kcal: 575,451 prot (g): 35,576 lip (g): 19,61 hc (g): 59,508	Cigrons amb verdures (pastanaga carbassó ceba pebrot) Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa integral Kcal: 606,852 prot (g): 36,109 lip (g): 17,165 hc (g): 69,571	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades eco - Fruita i pa Kcal: 589,383 prot (g): 20,282 lip (g): 7,151 hc (g): 105,73
21	22	23	24	25
Amadida alemanya Hamburguesa al forn amb salsa espanyola Amanida d'enciam i panís Fruita i pa Kcal: 709,021 prot (g): 26,175 lip (g): 38,194 hc (g): 61,159	Mongeta blanca estofada amb verdures Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa integral Kcal: 517,837 prot (g): 25,617 lip (g): 11,288 hc (g): 69,302	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) - logurt natural sense sucre i pa Kcal: 615,615 prot (g): 22,52 lip (g): 10,163 hc (g): 103,036	Crema de pastanaga Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa integral Kcal: 515,464 prot (g): 28,485 lip (g): 14,498 hc (g): 62,705	Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa Kcal: 561,424 prot (g): 16,937 lip (g): 15,908 hc (g): 80,533
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa Kcal: 450,695 prot (g): 26,236 lip (g): 14,269 hc (g): 51,026	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge Skipper de bacallà fregit Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre i pa integral Kcal: 585,566 prot (g): 28,016 lip (g): 21,825 hc (g): 65,513	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa Kcal: 544,267 prot (g): 22,513 lip (g): 14,361 hc (g): 74,138		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alesa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS

 Si a l'escola el primer plat era...	 Per sopar pot ser...
 Verdura	 Pasta/Arròs
 Pasta/Arròs	 Verdura
 Llegums	 Verdura
	 Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

 Si a l'escola el segon plat era...	 Per sopar pot ser...
 Ou	 carn
 Peix	 Ou
 Llegums	 Verdura
 carn	 Ou
	 Peix
 Fruita	 lacti

DOWN
Espana

FACE
Federación de Asociaciones de
Celíacos de España

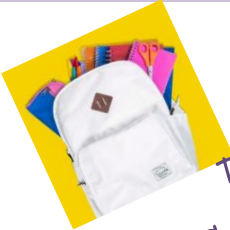
FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Basal

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat	GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LUSCS	CRUSTACIS	CACAUITS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAMÍ	NOSTASSA	API	ALTRES	SUFTS
Basal	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (tomàquet)	1								9		11			
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, guarnició)	1													
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coliflor amb beixamel		2												14
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
	Dimecres		Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa														14
			Segon	Llibret de pollastre amb formatge	1	2	3	4	5				9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Dijous		Primer	Arròs tres delícies	1	2	3						9					14
			Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verd)				4										14
			Guarnició	-														
	Divendres		Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9		11			
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3						9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
	Dimarts		Primer	Llenties al estil ordesa (xampis, patata, botifarra)	1	2							9					14
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Dimecres		Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, monges)														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Dijous		Primer	Cigrons estofats														14
			Segon	Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet)	1							8	9	10				14
			Guarnició	-														
	Divendres		Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Abadejo amb salsa aurora i carbassó (tomàquet)	1	2		4					9					14
			Guarnició	-														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Lluç amb salsa marinera (tomàquet, pebrot vermell)				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives														14
	Dimarts		Primer	Espagueti integral a la italiana amb formatge	1	2	3						9		11			
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
	Dimecres		Primer	Mongeta amb patata														14
			Segon	Pollastre a la italiana														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
	Dijous		Primer	Cigrons amb verdures (pastanaga carbassó i ceba)														
			Segon	Estofat de porc a la jardinerera (ceba, pastanaga, guarnició)														14
			Guarnició	-														
	Divendres		Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Llenties estofades eco														
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Amadida alemanya	1	2	3					8	9		11			14
			Segon	Hamburguesa al forn amb salsa espanyola	1								9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Dimarts		Primer	Mongeta blanca estofada amb verdures														
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Dimecres		Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, pebrot)														
			Segon	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pebrot)														
			Guarnició	-														
	Dijous		Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Estofat de porc a la jardinerera (ceba, pastanaga, guarnició)														14
			Guarnició	-														
	Divendres		Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9		11			
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Pollastre al forn amb all i julivert														
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Dimarts		Primer	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	1	2	3						9		11			
			Segon	Skipper de bacallà fregit	1	2	3	4	5				9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
	Dimecres		Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, guarnició)	1													
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
	Dijous		Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, monges)														14
			Segon	Estofat de porc amb poma i patata														14
			Guarnició	-														
	Divendres		Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa integral	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa	Cigrons estofats Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet, soja, ceba) - Fruita i pa integral	<i>FESTIU</i>
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa	Espagueti integral a la italiana amb formatge Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa integral	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt natural sense sucre i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Truita francesa - Fruita i pa integral	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Patates estofades Hamburguesa al forn amb salsa espanyola Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa integral	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt natural sense sucre i pa	Crema de pastanaga Lluç al forn amb herbes provençals - Fruita i pa integral	Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge Skipper de bacallà fregit Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



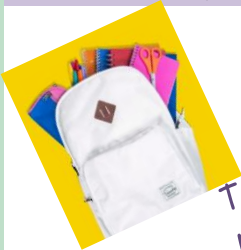
lacti

Listat d'al·lèrgens per plat per al Menú Halal

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat	GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LIGES	CRUSTA D'IS	CACAU/IS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCES	SULFITS
Halal	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (tomàquet)	1								9					
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1													
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coliflor a la gallega (patata, coliflor, pimentc														14
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa														14
			Segon	Llibret de pollastre amb formatge														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3						9					14
			Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verc				4										14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11		
			Segon	Pernilets de pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dimarts	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1													
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Cigrons estofats														14
			Segon	Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tom	1							8	9		10			14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Abadejo amb salsa aurora i carbassó (tomàc	1	2		4					9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot`				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives														14
		Dimarts	Primer	Espagueti integral a la italiana amb formatge	1	2	3						9			11		
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata														14
			Segon	Pollastre a la italiana														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p														
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1													
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades														14
			Segon	Hamburguesa al forn amb salsa espanyola	1								9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past														14
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Lluç al forn amb herbes provençals				4										
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11		
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Pollastre al forn amb all i julivert														
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimarts	Primer	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	1	2	3						9			11		
			Segon	Skipper de bacallà fregit	1	2	3	4	5				9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1													
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Hamburguesa vegetal	1	2							9			12		14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Salmó al forn amb llimona - Fruita i pa	Cigrons estofats Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet, soja, ceba) - Fruita i pa	<i>FESTIU</i>
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa	Espagueti integral a la italiana amb formatge Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa	Mongeta amb patata Abadejo al forn Amanida d'enciam amb brots de soja logurt natural sense sucre i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Truita francesa - Fruita i pa	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Patates estofades Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt natural sense sucre i pa	Crema de pastanaga Lluç al forn amb herbes provençals - Fruita i pa	Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Truita francesa Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge Skipper de bacallà fregit Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprende jugando es más divertido! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alessa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

DOWN
España

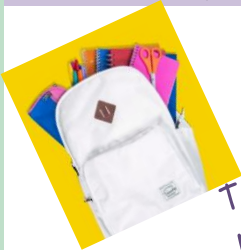
FACE
Federación de Asociaciones de
Celiacos de España

FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Listat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense carn

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat	GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LIGES	CRUSTACIS	CACAUITS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCES	SULFITS
Sense carn	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (tomàqu	1								9					
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coliflor amb beixamel														
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														1,4
		Dimecres	Primer	Crema de carbassó														1,4
			Segon	Mongeta blanca estofada amb carbassa														1,4
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
		Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3						9					1,4
			Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verc				4										1,4
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Crema de pastanaga														1,4
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11		
			Segon	Hamburguesa vegetal	1	2						9				12		1,4
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja								9						1,4
		Dimarts	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														1,4
			Segon	Salmó al forn amb llimona				4										1,4
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Cigrons estofats														1,4
			Segon	Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tom	1							8	9		10			1,4
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Abadejo amb salsa aurora i carbassó (tomàc	1	2		4					9					1,4
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														1,4
			Segon	Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot`				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives														1,4
		Dimarts	Primer	Espagueti integral a la italiana amb formatge	1	2	3						9			11		
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														1,4
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata														1,4
			Segon	Abadejo al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					1,4
		Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p														
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades														1,4
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
		Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past														1,4
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p														1,4
			Segon	Cigrons estofats														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Crema de pastanaga														1,4
			Segon	Lluç al forn amb herbes provençals				4										
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11		
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														1,4
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimarts	Primer	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	1	2	3						9			11		
			Segon	Skipper de bacallà fregit	1	2	3	4	5				9					1,4
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														1,4
		Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					1,4
		Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														1,4
			Segon	Hamburguesa vegetal	1	2							9			12		1,4
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Cigrons estofats														1,4
			Guarnició	-														

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Bròquil amb patata Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa sense gluten	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa sense gluten	Cigrons estofats Llom al forn - Fruita i pa sense gluten	FESTIU
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa sense gluten	Pasta sense gluten ni ou a la italiana Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa sense gluten	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt natural sense sucre i pa sense gluten	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Llom al forn - Fruita i pa sense gluten	Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre al forn - Fruita i pa sense gluten
21	22	23	24	25
Patates estofades Hamburguesa de vedella al forn Amanida d'enciam i panís Fruita i pa sense gluten	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa sense gluten	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt natural sense sucre i pa sense gluten	Crema de pastanaga Estofat de porc a la jardineria (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa sense gluten	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa sense gluten
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa sense gluten	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàquet Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre i pa sense gluten	Sopa de verdures amb arròs Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa sense gluten		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alessa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

DOWN
España

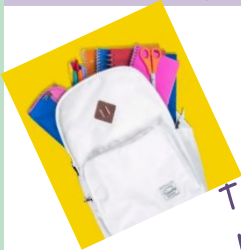
FACE
Federación de Asociaciones de
Celiacos de España

FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Listat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense gluten

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat														
					GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LIGES	CRUSTA D'IS	CACAU'IS	FRUTS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCCES	SULFITS
Sense gluten	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coliflor a la gallega (patata, coliflor, pimentc														14
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa														14
			Segon	Llom rostit amb salsa ceba (ceba i pastanag														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3						9					14
			Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verc				4										14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3						9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dimarts	Primer	Bròquil amb patata														14
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Cigrons estofats														14
			Segon	Llom al forn														
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Filet d'abadejo al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot '				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives														14
		Dimarts	Primer	Pasta sense gluten ni ou a la italiana									9					
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata														14
			Segon	Pollastre a la italiana														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p														
			Segon	Llom al forn														
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Pollastre al forn														
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades														14
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3						9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past														14
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastana														14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				12	
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Pollastre al forn amb all i julivert														
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimarts	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Lluç al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Sopa de verdures amb arròs												12		14
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Estofat de porc amb poma i patata														14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Lluç al forn Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa	Cigrons estofats Llom al forn - Fruita i pa	FESTIU
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa	Pasta sense gluten ni ou a la italiana Filet de gall dindi al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt de soja i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Llom al forn - Fruita i pa	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Patates estofades Pollastre al forn Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt de soja i pa	Crema de pastanaga Estofat de porc a la jardineria (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàquet Pollastre al forn Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàquet Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Filet de gall dindi al forn Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alessa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

DOWN
España

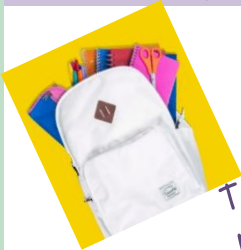
FACE
Federación de Asociaciones de
Celiacos de España

FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense lactosa ni ou

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat														
					GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LIGES	CRUSTACIS	CACAUITS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCES	SULFITS
Sense lactosa ni o	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coliflor a la gallega (patata, coliflor, pimentc														14
			Segon	Pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa														14
			Segon	Llom rostit amb salsa ceba (ceba i pastanag														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3						9					14
			Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verc				4										14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Pernilets de pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dimarts	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Lluç al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Cigrons estofats														14
			Segon	Llom al forn														
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Filet d'abadejo al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot '				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives														14
		Dimarts	Primer	Pasta sense gluten ni ou a la italiana									9					
			Segon	Filet de gall dindi al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata														14
			Segon	Pollastre a la italiana														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p														
			Segon	Llom al forn														
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades														14
			Segon	Pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past														14
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p														14
			Segon	Cigrons estofats														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastana														14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Pollastre al forn amb all i julivert														
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimarts	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Lluç al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Filet de gall dindi al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Estofat de porc amb poma i patata														14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa	Cigrons estofats Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet, soja, ceba) - Fruita i pa	<i>FESTIU</i>
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa	Espaguetis amb tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt de soja i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Llom al forn - Fruita i pa	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Patates estofades Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt de soja i pa	Crema de pastanaga Estofat de porc a la jardineria (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa	Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alessa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

DOWN
España

FACE
Federación de Asociaciones de
Celiacos de España

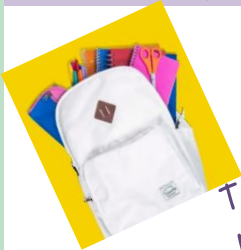
FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense lactosa

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat														
					GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LIGES	CRUSTACIS	CACAUITS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAM	NOI	API	ALTRAMUCES	SULFITS
Sense lactosa	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (tomàqu	1								9					
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coliflor a la gallega (patata, coliflor, pimentc														14
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa														14
			Segon	Llom rostit amb salsa ceba (ceba i pastanag														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3						9					14
			Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verc				4										14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11		
			Segon	Pernilets de pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dimarts	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Cigrons estofats														14
			Segon	Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tom	1							8	9		10			14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Filet d'abadejo al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives														14
		Dimarts	Primer	Espaguetis amb tomàquet	1								9			11		
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata														14
			Segon	Pollastre a la italiana														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p														
			Segon	Llom al forn														
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades														14
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past														14
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastana														14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11		
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Pollastre al forn amb all i julivert														
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimarts	Primer	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11		
			Segon	Lluç al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Estofat de porc amb poma i patata														14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Lluç al forn Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa	Cigrons estofats Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet, soja, ceba) - Fruita i pa	<i>FESTIU</i>
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa	Pasta sense gluten ni ou a la italiana Filet de gall dindi al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt natural sense sucre i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Llom al forn - Fruita i pa	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Patates estofades Hamburguesa al forn amb salsa espanyola Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt natural sense sucre i pa	Crema de pastanaga Estofat de porc a la jardineria (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàquet Pollastre al forn Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàquet Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Hamburguesa de vedella al forn Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprende jugando es más divertido! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alessa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

DOWN
España

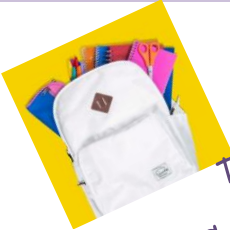
FACE
Federación de Asociaciones de
Celiacos de España

FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense Ou

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat														
					GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LIGES	CRUSTA D'IS	CACAU'S	FRUTS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCES	SULFITS
Sense Ou	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coliflor a la gallega (patata, coliflor, pimentc														14
			Segon	Pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa														14
			Segon	Llom rostit amb salsa ceba (ceba i pastanag														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3						9					14
			Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verc				4										14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3						9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dimarts	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Lluç al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Cigrons estofats														14
			Segon	Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tom	1							8	9	10				14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Filet d'abadejo al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot '				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives														14
		Dimarts	Primer	Pasta sense gluten ni ou a la italiana									9					
			Segon	Filet de gall dindi al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata														14
			Segon	Pollastre a la italiana														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p														
			Segon	Llom al forn														
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades														14
			Segon	Hamburguesa al forn amb salsa espanyola	1								9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
		Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past														14
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Crema de pastanaga														14
			Segon	Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastana														14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														14
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														14
			Segon	Pollastre al forn amb all i julivert														
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimarts	Primer	Macarrons sense gluten ni ou amb tomàque									9				13	
			Segon	Lluç al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														14
		Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3						9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					14
		Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														14
			Segon	Estofat de porc amb poma i patata														14
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Cigrons estofats														14
			Guarnició	-														

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa	Cigrons estofats Pernilets de pollastre al forn - Fruita i pa	<i>FESTIU</i>
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Hamburguesa de vedella al forn Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Espagueti integral a la italiana amb formatge Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt natural sense sucre i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Truita francesa - Fruita i pa	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Patates estofades Hamburguesa al forn amb salsa espanyola Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Filet de gall dindi al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt natural sense sucre i pa	Crema de pastanaga Bròquil amb patata - Fruita i pa	Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge Pèsols saltejats Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS


Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arros



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arros



Verdura



Verdura



Pasta/Arros

SEGONS PLATS


Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita

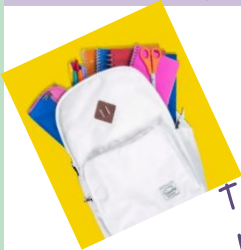


lacti

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense peix moro, porc, olives ni an

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat	GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOLLUSCS	CRUSTACIS	CACAUTS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCES	SULFITS	
Sense peix moro, pi	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (tomàquet)	1								9		11				
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1														
			Guarnició	-															
		Dimarts	Primer	Coliflor a la gallega (patata, coliflor, pimentó)															1,4
			Segon	Truita de patata i ceba			3												
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga															1,4
		Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa															1,4
			Segon	Pollastre al forn															
			Guarnició	-															
		Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3							9					1,4
			Segon	Pernilets de pollastre al forn															
			Guarnició	-															
		Divendres	Primer	Crema de pastanaga															1,4
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes															
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11			
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3					9							1,4
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja								9							1,4
		Dimarts	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1														
			Segon	Truita francesa			3												
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta)															1,4
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes															
			Guarnició	-															
		Dijous	Primer	Cigrons estofats															1,4
			Segon	Pernilets de pollastre al forn															
			Guarnició	-															
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)															
			Segon	Truita francesa			3												
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet															
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros															1,4
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3					9							1,4
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4
		Dimarts	Primer	Espagueti integral a la italiana amb formatge	1	2	3						9			11			
			Segon	Truita de patata i carbassó			3												
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga															1,4
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata															1,4
			Segon	Pollastre a la italiana															
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja										9					1,4
		Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, porros)															
			Segon	Truita francesa			3												
			Guarnició	-															
		Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet															
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1														
			Guarnició	-															
Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades															1,4	
		Segon	Hamburguesa al forn amb salsa espanyola	1								9						1,4	
		Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4	
	Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga)															1,4	
		Segon	Filet de gall dindi al forn																
		Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet																
	Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, porros)																
		Segon	Cigrons estofats															1,4	
		Guarnició	-																
	Dijous	Primer	Crema de pastanaga															1,4	
		Segon	Bròquil amb patata															1,4	
		Guarnició	-																
	Divendres	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1									9			11			
		Segon	Truita de patata i carbassó			3													
		Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4	
Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros															1,4	
		Segon	Pollastre al forn amb all i julivert																
		Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet																
	Dimarts	Primer	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	1	2	3						9			11				
		Segon	Pèsols saltejats																
		Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga															1,4	
	Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1															
		Segon	Truita de patata i ceba			3													
		Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9						1,4	
	Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta)															1,4	
		Segon	Filet de gall dindi al forn																
		Guarnició	-																
Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)																	
	Segon	Cigrons estofats															1,4		
		Guarnició	-																

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties al estil ordesa (xampis, patata, botifarra negra, baco, tomàquet) Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa	Cigrons estofats Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet, soja, ceba) - Fruita i pa	<i>FESTIU</i>
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Hamburguesa de vedella al forn Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa	Espagueti integral a la italiana amb formatge Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt natural sense sucre i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Amadida alemanya Hamburguesa al forn amb salsa espanyola Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Filet de gall dindi al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt natural sense sucre i pa	Crema de pastanaga Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa	Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet Llom al forn Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alessa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

DOWN
España

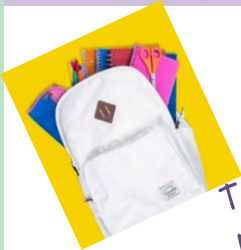
FACE
Federación de Asociaciones de
Celiacos de España

FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense peix ni marisc

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Dia	Ordre	Plat	GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOLLUSCS	CRUSTACIS	CACAUTS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCCES	SULFITS	
Sense peix ni mari	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (tomàquet)	1								9		11				
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1														
			Guarnició	-															
	Dimarts	Primer	Coliflor amb beixamel																
		Segon	Truita de patata i ceba			3												1,4	
		Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga																
	Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa															1,4	
		Segon	Libret de pollastre amb formatge																
		Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4	
	Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3							9					1,4	
		Segon	Pernilets de pollastre al forn																
		Guarnició	-																
Divendres	Primer	Crema de pastanaga															1,4		
	Segon	Pollastre al forn a les fines herbes																	
	Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4		
Setmana 2	Dilluns	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1									9		11				
		Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3						9						1,4	
		Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9						1,4	
	Dimarts	Primer	Llenties al estil ordesa (xampis, patata, botif	1	2								9					1,4	
		Segon	Truita francesa			3													
		Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4	
	Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong															1,4	
		Segon	Pollastre al forn a les fines herbes																
		Guarnició	-																
	Dijous	Primer	Cigrons estofats															1,4	
		Segon	Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tom	1									8	9	10			1,4	
		Guarnició	-																
	Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)																
		Segon	Truita francesa			3													
		Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet																
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros															1,4
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3						9						1,4
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives															1,4
Dimarts		Primer	Espagueti integral a la italiana amb formatge	1	2	3							9		11				
		Segon	Truita de patata i carbassó			3													
		Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga															1,4	
Dimecres		Primer	Mongeta amb patata															1,4	
		Segon	Pollastre a la italiana																
		Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja										9					1,4	
Dijous		Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p																
		Segon	Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastana															1,4	
		Guarnició	-																
Divendres		Primer	Arròs amb salsa de tomàquet																
		Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1															
		Guarnició	-																
Setmana 4	Dilluns	Primer	Amadida alemanya																
		Segon	Hamburguesa al forn amb salsa espanyola	1									9					1,4	
		Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4	
	Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past															1,4	
		Segon	Filet de gall dindi al forn																
		Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet																
	Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p																
		Segon	Cigrons estofats															1,4	
		Guarnició	-																
	Dijous	Primer	Crema de pastanaga															1,4	
		Segon	Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastana															1,4	
		Guarnició	-																
	Divendres	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1										9		11			
		Segon	Truita de patata i carbassó			3													
		Guarnició	Amanida d'enciam i panís															1,4	
Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros															1,4	
		Segon	Pollastre al forn amb all i julivert																
		Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet																
	Dimarts	Primer	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	1										9		11			
		Segon	Llom al forn																
		Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga															1,4	
	Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1															
		Segon	Truita de patata i ceba			3													
		Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja										9					1,4	
	Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong															1,4	
		Segon	Estofat de porc amb poma i patata															1,4	
		Guarnició	-																
Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)																	
	Segon	Cigrons estofats															1,4		
		Guarnició	-																

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa	Cigrons estofats Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet, soja, ceba) - Fruita i pa	<i>FESTIU</i>
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa	Espaguetis amb tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt de soja i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Llom al forn - Fruita i pa	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Patates estofades Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt de soja i pa	Crema de pastanaga Estofat de porc a la jardineria (ceba, pastanaga, tomàquet) - Fruita i pa	Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alessa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

DOWN
Espanya

FACE
Federación de Asociaciones de
Celiacos de España

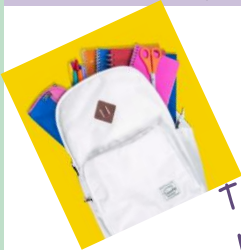
FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense PLV

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat														
					GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LIGES	CRUSTACIS	CACAUITS	FRUTS CÀSCARA	SOJA	SESAM	NOSTASSA	API	ALTRAMUCES	SULFITS
Sense PLV	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (tomàqu	1								9		11			
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coliflor a la gallega (patata, coliflor, pimentc														1,4
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														1,4
		Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa														1,4
			Segon	Llom rostit amb salsa ceba (ceba i pastanag														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
		Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3						9					1,4
			Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verc				4										1,4
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Crema de pastanaga														1,4
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9		11			
			Segon	Pernilets de pollastre al forn														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					1,4
		Dimarts	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														1,4
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Cigrons estofats														1,4
			Segon	Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tom	1							8	9	10				1,4
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Filet d'abadejo al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														1,4
			Segon	Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives														1,4
		Dimarts	Primer	Espaguetis amb tomàquet	1								9		11			
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														1,4
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata														1,4
			Segon	Pollastre a la italiana														
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					1,4
		Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p														
			Segon	Llom al forn														
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades														1,4
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
		Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past														1,4
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p														1,4
			Segon	Cigrons estofats														
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Crema de pastanaga														1,4
			Segon	Estofat de porc a la jardinera (ceba, pastana														1,4
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9		11			
			Segon	Truita de patata i carbassó			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís														1,4
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros														1,4
			Segon	Pollastre al forn amb all i julivert														
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet														
		Dimarts	Primer	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	1								9		11			
			Segon	Lluç al forn				4										
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga														1,4
		Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga	1													
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9					1,4
		Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong														1,4
			Segon	Estofat de porc amb poma i patata														1,4
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)														
			Segon	Cigrons estofats														1,4
			Guarnició	-														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
 Tornem a l'escola!!!	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita francesa Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Minestra de verdura saltejada (patata, mongeta, pastanaga, coliflor, pèsols) Pollastre al forn a les fines herbes - Fruita i pa	Cigrons estofats Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tomàquet, soja, ceba) - Fruita i pa	<i>FESTIU</i>
14	15	16	17	18
Crema freda de porros Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot vermell, verd, ceba, pastanaga) Amanida d'enciam panís i olives Fruita i pa	Espagueti integral a la italiana amb formatge Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa	Mongeta amb patata Pollastre a la italiana Amanida d'enciam amb brots de soja logurt natural sense sucre i pa	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, pèsols, mongeta) Truita francesa - Fruita i pa	Arròs amb salsa de tomàquet Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) - Fruita i pa
21	22	23	24	25
Patates estofades Hamburguesa al forn amb salsa espanyola Amanida d'enciam i panís Fruita i pa	Mongeta blanca amb verdures (patata, pastanaga, ceba, pèsols) Abadejo amb salsa de carbassó i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p.vermell, verd, tomàquet) Cigrons estofats - logurt natural sense sucre i pa	Crema de pastanaga Lluç al forn amb herbes provençals - Fruita i pa	Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i panís Fruita i pa
28	29	30	01	02
Crema freda de porros Pollastre al forn amb all i julivert Amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge Skipper de bacallà fregit Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre i pa	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga, pèsols) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam amb brots de soja Fruita i pa		

la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprende jugando es más divertido! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

alessa

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

DOWN
España

FACE
Federación de Asociaciones de
Celiacos de España

FUNDACIÓN
VICKI
BERNADET

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Sense porc

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Dia	Ordre	Plat	GRAN	LLET	OVI	PEIX	MOLLUSCS	CRUSTACIS	CACAOTS	FRUTS CÀSCARA	SOJA	SESAM	NOSTASSA	API	ALTRAMUCES	SULTITS	
Sense porc	Setmana 1	Dilluns	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (tomàquet)	1								9						
			Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1														
			Guarnició	-															
		Dimarts	Primer	Coliflor amb beixamel															
			Segon	Truita de patata i ceba				5											
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga															14
		Dimecres	Primer	Mongeta blanca estofada amb carbassa															14
			Segon	Llibret de pollastre amb formatge															14
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís															14
	Dijous	Primer	Arròs tres delícies	1	2	3							9					14	
		Segon	Lluç al ajoarriero (ceba, pebrot vermell i verc					4										14	
		Guarnició	-															14	
	Divendres	Primer	Crema de pastanaga															14	
		Segon	Pollastre al forn a les fines herbes															14	
		Guarnició	Amanida d'enciam i panís															14	
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1								9			11			
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn		2	3						9						14
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja									9						14
		Dimarts	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1														
			Segon	Truita francesa			5												14
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís															14
		Dimecres	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong															14
			Segon	Pollastre al forn a les fines herbes															14
			Guarnició	-															14
	Dijous	Primer	Cigrons estofats															14	
		Segon	Bolonyesa vegetal amb patates (patata, tom	1								8	9	10				14	
		Guarnició	-															14	
	Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)															14	
		Segon	Abadejo amb salsa aurora i carbassó (tomàc	1	2		4						9					14	
		Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet															14	
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Crema freda de porros															14
			Segon	Lluç al forn a la marinera (tomàquet, pebrot				4											14
			Guarnició	Amanida d'enciam panís i olives															14
		Dimarts	Primer	Espagueti integral a la italiana amb formatge	1	2	3							9			11		14
			Segon	Truita de patata i carbassó			5												14
			Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga															14
		Dimecres	Primer	Mongeta amb patata															14
			Segon	Pollastre a la italiana															14
			Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja										9					14
	Dijous	Primer	Cigrons amb verdures (patata, pastanaga, p															14	
		Segon	Truita francesa			5												14	
		Guarnició	-															14	
	Divendres	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet															14	
		Segon	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1														14	
		Guarnició	-															14	
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Patates estofades															14
			Segon	Hamburguesa al forn amb salsa espanyola	1									9					14
			Guarnició	Amanida d'enciam i panís															14
		Dimarts	Primer	Mongeta blanca amb verdures (patata, past															14
			Segon	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba				4											14
			Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet															14
		Dimecres	Primer	Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, p															14
			Segon	Cigrons estofats															14
			Guarnició	-															14
	Dijous	Primer	Crema de pastanaga															14	
		Segon	Lluç al forn amb herbes provençals				4											14	
		Guarnició	-															14	
	Divendres	Primer	Espirals integrals amb salsa de tomàquet	1									9			11			
		Segon	Truita de patata i carbassó				5											14	
		Guarnició	Amanida d'enciam i panís															14	
Setmana 5	Dilluns	Primer	Crema freda de porros															14	
		Segon	Pollastre al forn amb all i julivert															14	
		Guarnició	Amanida d'enciam i tomàquet															14	
	Dimarts	Primer	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	1	2	3							9			11		14	
		Segon	Skipper de bacallà fregit	1	2	3	4	5				9						14	
		Guarnició	Amanida d'enciam i pastanaga															14	
	Dimecres	Primer	Llenties estofades (patata, ceba, pastanaga)	1														14	
		Segon	Truita de patata i ceba				5											14	
		Guarnició	Amanida d'enciam amb brots de soja										9					14	
Dijous	Primer	Minestra de verdura saltejada (patata, mong															14		
	Segon	Hamburguesa vegetal	1	2								9			12		14		
	Guarnició	-															14		
Divendres	Primer	Arros a la napolitana (tomàquet)															14		
	Segon	Cigrons estofats															14		
	Guarnició	-															14		

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.