



Escola Mas Falcó



Menú novembre 2025



Revisat per Sònia Rosell Ferrer - CAT001844

Dilluns 3	Dimarts 4. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
FESTIU	Arròs integral amb tomàquet Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, S, L, A, M) amb niu d'enciams Fruita de temporada	Llenties ECO estofades (B) amb verdures de temporada Ous durs amb tomàquet (O) amb enciam i olives (D) Fruita de temporada	Bròquil amb patata (D) Pernilets al romaní amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Espaguetis ECO amb salsa de formatge (B, O, S, W) amb crema de llet i formatge ratllat (O, L) Lluç a la llimona (P) amb enciam i pastanaga Fruita de temporada
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13. Dia de proteïna vegetal	Divendres 14
Sopa d'arròs ECO (A) amb brou d'au Pollastre a la planxa amb enciam i olives (D) Fruita de temporada	Cassoleta de cigrons ECO Truita d'espínacs (O) amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Mongeta verda amb patata (D) Estofat de porc amb patata (D) Fruita de temporada	Crema de pastanaga (D) Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert Fruita de temporada	Macarrons integrals a la napolitana (B, S, W, O) Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb niu d'enciams iogurt ECO granel (L)
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20. Menú temàtic	Divendres 21. Dia de proteïna vegetal
Llenties ECO amb sofregit de verdures (B) Truita de patata i ceba (O) amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de fideus ECO (B, S, W, A, O) amb brou d'au Pollastre rostit al forn amb enciam i pastanaga iogurt ECO granel (L)	Trinxat de col amb patata (D) Cassoleta d'arròs ECO amb daus de rap (P) Fruita de temporada	Crema de coliflor (D) Mandonguilles mixtes a l'estil noruec amb salsa i patates bullides (D, S) Fruita de temporada	Cuscús de verdures (B, S, W) Cigrons ECO estofats Fruita de temporada
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27. Dia de proteïna vegetal	Divendres 28
Espaguetis ECO amb sofregit de tomàquet (B, S, W, O) Lluç al forn amb julivert (P) amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Tricolor de verdura (D) mongeta verda, pastanaga i patata Salsitxes de porc (D, S) amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs integral de verdures Cuixetes a les fines herbes amb niu d'enciams iogurt ECO granel (L)	Crema de porro (D) Pizza de verdures (B, S, L, W, O) Fruita de temporada	Cassoleta de mongetes blanques ECO Truita francesa (O) amb enciam i olives (D) Fruita de temporada

TASTET MENSUAL

Delícies de
coliflor



FRUITES DE TEMPORADA

Poma, pera, raïm,
plàtan, figues,
taronja, mandarina,
kiwi, castanya



VERDURES DE TEMPORADA

Albergínia, porro, espínacs,
rave, calçot, carbassa,
xampinyó, bròquil, api, col,
bledes, remolatxa, pastanaga,
nap, enciam, carxofa, coliflor,
ceba, moniato

