

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



Tornem a l'escola

11



diada

12

Cal. 748 / H.C. 93 / Lip. 32 / P. 28

Espirals gratinats

Truita francesa amb enciam i llavors

Fruita fresca de temporada

Verdura / Peix i patata / Lacti

13

Dia int. de la xocolata

Purè de carbassó

Pollastre la llimona amb patates fregides

Pa amb oli i xocolata

Verdura / Cereal i llegum / Fruita



14

Cal. 823 / H.C. 94 / Lip. 40 / P. 26

Cigrons estofats amb carbassa

Hamburguesa vegetal amb enciam i olives

Fruita fresca de temporada

Cereal int. / Porc i amanida / Lacti



15

Cal. 777 / H.C. 106 / Lip. 28 / P. 30

Arròs a la milanesa (pastanaga, ceba, pernil dolç i formatge)

Lluç a la taronja amb ceba caramelitzada

Fruita fresca de temporada

Verdura / Ou i patata / Lacti

18

Cal. 576 / H.C. 67 / Lip. 23 / P. 28

Vichyssoise

Mandonguilles de vedella a la jardineria

Fruita fresca de temporada

Amanida / Ou i cereal int. / Lacti

19

Cal. 820 / H.C. 98 / Lip. 38 / P. 24

Espaguetis amb carbassó i tomàquet

Calamars a la romana amb enciam i trossets de fruita

logurt natural artesà

Verdura / Llegum i cereal / Fruita

20

Dia mundial de la paella

Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres, alfàbrega)

Paella mar i muntanya

Fruita fresca de temporada

Verdura / Ou i patata / Lacti



21

Cal. 475 / H.C. 59 / Lip. 21 / P. 17

Tricolor de verdures (bleda, patata i pastanaga)

Aletes de pollastre al forn amb enciam i blat de moro

Fruita fresca de temporada

Cereal / Prot.veg. i amanida / Lacti

22

Cal. 627 / H.C. 77 / Lip. 23 / P. 32

Seques guisades

Truita de formatge amb enciam i tomàquet

Fruita fresca de temporada

Amanida / Peix i cereal int. / Lacti

25

Cal. 804 / H.C. 98 / Lip. 28 / P. 37

Arròs cantonès (pastanaga, pèsols, blat de moro) saltat amb salsa soja

Llom arrebossat amb enciam i llavors

Fruita fresca de temporada

Verdura / Prot.veg. i cereal int. / Lacti

26

Cal. 645 / H.C. 84 / Lip. 22 / P. 33

Llenties guisades

Truita de carbassó amb enciam i olives

Fruita fresca de temporada

Amanida / Peix i patata / Lacti

27

Cal. 676 / H.C. 112 / Lip. 17 / P. 25

Purè de pastanaga

Macarrons a la bolonyesa vegetal

Fruita fresca de temporada

Cereal int. / Au i amanida / Lacti



28

Jornada de Portugal

Gaspacho (tomàquet, pa, oli, vinagre, cogombre)

Bacalao à Brás (bacallà, ou dur, patata, ceba, olives negres i julivert)

Pastel de Belem (de nata)

Cereal int. / Ou i verdura / Fruita

29

Cal. 552 / H.C. 52 / Lip. 25 / P. 31

Sopa de brou amb pasta integral

Pollastre al forn amb xips de carbassó

logurt natural amb flocs de civada i trossets de fruita

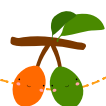
Verdura / Formatge fresc i cereal / Fruita



Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289



* A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.



CLICA per saber molt més



Dilluns Dimarts Dimecres Dijous Divendres

2 Cal. 774 / H.C. 89 / Lip. 33 / P. 36 Macarrons integrals napolitana Fricandó de vedella amb bolets Fruita fresca de temporada Amanida / Peix i patata / Lacti	3 Cal. 681 / H.C. 92 / Lip. 25 / P. 26 Sopa de peix amb arròs Truita de patata i ceba amb pa amb tomàquet Fruita fresca de temporada Verdura / Vedella i cereal int. / Lacti	4 Cal. 656 / H.C. 77 / Lip. 23 / P. 39 Cigrons estofats amb bledes Maires enfarinades i fregides amb enciam i olives Fruita fresca de temporada Verdura / Prot.veg. i cereal / Lacti	5 Cal. 569 / H.C. 53 / Lip. 27 / P. 30 <i>Dia del plat combinat</i> Verdura / Peix i cereal int. / Fruita	6 Cal. 800 / H.C. 101 / Lip. 37 / P. 20 Arròs a la cassola Tastets de bròquil al forn amb enciam i tomàquet Fruita fresca de temporada Cereal int. / Peix i amanida / Lacti
9 Cal. 639 / H.C. 80 / Lip. 23 / P. 33 Llenties a la jardinera Truita de formatge amb enciam i brots de soja Fruita fresca de temporada Verdura / Au i patata / Lacti	10 Cal. 701 / H.C. 88 / Lip. 27 / P. 30 Arròs amb tomàquet casolà Filet de lluç a la planxa amb xips de carbassó logurt natural artesà Verdura / Formatge fresc i cereal / Fruita	11 Cal. 576 / H.C. 62 / Lip. 27 / P. 25 Mongeta verda i patata Pollastre a l'allada amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada Cereal / Ou i amanida / Lacti	12 13 <i>el pilar</i>	
16 Cal. 663 / H.C. 87 / Lip. 23 / P. 31 Espinacs i patata a l'allet Daus de porc guisats amb arròs blanc Fruita fresca de temporada Cereal / Prot.veg. i verdura / Lacti	17 Cal. 659 / H.C. 92 / Lip. 26 / P. 18 Amanida amb formatge fresc (enciam, formatge fresc, tomàquet, pastanaga, olives) Espaguetis a la bolonyesa Fruita fresca de temporada Patata / Ou i cereal int. / Lacti	18 Cal. 698 / H.C. 85 / Lip. 26 / P. 35 Seques guisades a la riojana Truita de carbassó amb enciam i tomàquet Fruita fresca de temporada Cereal / Au i amanida / Lacti	19 <i>Jornada d' Austràlia</i> Australian roasted pumpkin soup (sopa australiana carbassa rostida) Fish and chips Lamington (pastís xocolata i coco) Amanida / Prot.veg. i cereal / Fruita	20 Cal. 458 / H.C. 59 / Lip. 15 / P. 25 Sopa d'escudella amb galets Pollastre al forn amb enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada Verdura / Peix i patata / Lacti
23 Cal. 618 / H.C. 98 / Lip. 15 / P. 29 Macarrons a la Norma (albergínia i salsa de tomàquet) Ragout d'au amb xampinyons Fruita fresca de temporada Verdura / Ou i patata / Lacti	24 Cal. 471 / H.C. 59 / Lip. 15 / P. 29 Sopa de brou amb pasta integral Lluç al forn amb all i julivert amb llesques de patata i moniato logurt natural artesà Amanida / Cereal i llegum / Fruita	25 Cal. 623 / H.C. 106 / Lip. 18 / P. 15 Purè de porros Paella de verdures i cigrons Fruita fresca de temporada Cereal int. / Porc i amanida / Lacti	26 Cal. 534 / H.C. 69 / Lip. 17 / P. 29 Coliflor gratinada Pollastre al romaní amb enciam i olives Fruita fresca de temporada Cereal / Peix i verdura / Lacti	27 Cal. 656 / H.C. 86 / Lip. 22 / P. 33 Llenties guisades Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada Amanida / Prot. veg. i cereal / Lacti
30 Cal. 729 / H.C. 98 / Lip. 28 / P. 28 Arròs amb tomàquet Filet de lluç en salsa verda (pèsols i julivert) Fruita fresca de temporada Amanida / Ou i patata / Lacti	31 <i>la Castanyada</i> Purè de moniato Butifarra de Taradell amb seques i allioli de codony Postres especial Castanyada Amanida / Formatge fresc i cereal / Fruita	CLICA per saber molt més el consell temporada malbaratament		

* A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



6 Cal. 735 / H.C. 89 / Lip. 29 / P. 33
Arròs amb verdures saltejades
Calamars a la romana
amb enciam i trossets de fruita
logurt natural artesà
Verdura / Ou i patata / Fruita

7 Cal. 641 / H.C. 110 / Lip. 14 / P. 25
Purè de verdures
Espaguetis
a la bolonyesa vegetal
Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Au i amanida / Lacti



8 Cal. 476 / H.C. 67 / Lip. 12 / P. 29
Sopa de brou casolà amb fideus
Estofat de vedella
amb xampinyons
Fruita fresca de temporada
Patata / Peix i amanida / Lacti

9 Cal. 671 / H.C. 88 / Lip. 24 / P. 30
Cigrons guisats amb arròs
Trita de carbassó
amb enciam i llavors
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot.veg. i cereal / Lacti

10 Cal. 484 / H.C. 56 / Lip. 19 / P. 26
Bròquil i patata
Pollastre al forn amb herbes
aromàtiques amb enciam i
brots de soja
Fruita fresca de temporada
Cereal / Peix i amanida / Lacti

13 *Jornada grega*
Musaka (picada, albergínia,
beixamel i gratinat al forn)
Loukanita (salstixes de porc
amb verdures, taronja i fonoll)
logurt grec
Verdura / Peix i cereal int. / Fruita



14 Cal. 656 / H.C. 86 / Lip. 22 / P. 33
Llenties amb hortalisses
Trita de patates i ceba
amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Cereal / Formatge fresc i amanida / Lacti

15 Cal. 752 / H.C. 90 / Lip. 29 / P. 38
Llacets amb salsa de bolets
Maires a l'andalusa
amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i cereal int. / Lacti

16 Cal. 523 / H.C. 56 / Lip. 20 / P. 31
Sopa d'escudella pasta integral
Pollastre a la canyella amb
rodanxes de patata i moniato
Fruita fresca de temporada
Amanida / Llegum i patata / Lacti

17 *Taula de les conserves*
Arròs a la marinera
Hamburguesa vegetal al forn
amanida amb pipes i
remolatxa en conserva
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i cereal / Lacti



20 Cal. 578 / H.C. 70 / Lip. 24 / P. 24
Patates estofades
Trita de pernil dolç
amb enciam i brots de soja
Fruita fresca de temporada
Amanida / Au i cereal / Lacti

21 Cal. 664 / H.C. 87 / Lip. 28 / P. 21
Macarrons integrals napolitana
Mandonguilles de lluç
amb hortalisses
logurt natural artesà
Amanida / Ou i patata / Lacti

22 Cal. 504 / H.C. 55 / Lip. 22 / P. 24
Cassoleta de verdures
Pollastre al forn
amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Peix i amanida / Lacti

23 Cal. 671 / H.C. 122 / Lip. 15 / P. 19
*Menú amb la
recepta de l'àvia*
Verdura / Vedella i patata / Lacti



24 Cal. 460 / H.C. 72 / Lip. 10 / P. 26
Sopa d'au amb estrelletes
Guisat de gall dindi al romaní
amb patates
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i cereal / Fruita

27 Cal. 574 / H.C. 65 / Lip. 25 / P. 27
Trinxat de col i patata
Llom adobat a la planxa
amb xips de moniato
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i cereal int. / Lacti

28 Cal. 588 / H.C. 59 / Lip. 27 / P. 28
Sopa de brou amb pasta integral
Trita de patata i ceba
amb enciam i trossets de fruita
logurt natural artesà
Amanida / Cereal i llegum / Fruita

29 Cal. 699 / H.C. 97 / Lip. 25 / P. 28
Arròs amb sofregit de tomàquet
Limanda arrebossada
amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot.veg. i patata / Lacti

30 Cal. 591 / H.C. 73 / Lip. 24 / P. 26
Cigrons amb espinacs
Aletes de pollastre adobades
amb enciam i llavors
Fruita fresca de temporada
Patata / Ou i amanida / Lacti

* A cicle infantil es
substituirà l'amanida de
primer plat per un puré
de verdures de
temporada.



Menú elaborat per la
dietista nutricionista
Xisca Rebassa
col. CAT001289

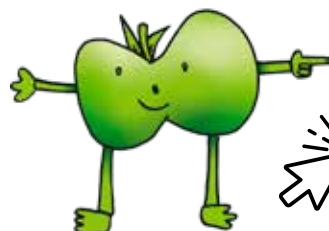
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



CLICA per
saber molt
més



- 1** Cal. 644 / H.C. 103 / Lip. 19 / P. 21
Purè de porros
Fideuà de peix i marisc
Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Au i verdura / Lacti

4



*els nens trien
el menú*



5

Cal. 683 / H.C. 98 / Lip. 25 / P. 23

Arròs amb verdures

Truita de carbassó i ceba
amb enciam i trossets de fruita

logurt natural artesà

Amanida / Prot.veg. i cereal / Fruita

6



festius

7



8



11

Cal. 740 / H.C. 85 / Lip. 32 / P. 33

Arròs a la cassola amb bolets

Truita de pernil dolç i formatge
amb enciam i pastanaga

logurt natural artesà

Verdura / Prot. veg. i patata / Fruita

12

Cal. 507 / H.C. 65 / Lip. 19 / P. 21

Sopa d'escudella amb pasta int.

Lluç a la biscaïna
amb patata dau

Fruita fresca de temporada

Amanida / Au i cereal / Lacti

13

Cal. 676 / H.C. 112 / Lip. 17 / P. 25

Purè de pastanaga

Espirals a la
bolonyesa vegetal

Fruita fresca de temporada

Verdura / Ou i cereal int. / Lacti



14

Cal. 755 / H.C. 83 / Lip. 40 / P. 28

Mongetes seques estofades

Hamburguesa de vedella
amb enciam i olives

Fruita fresca de temporada

Amanida / Peix i cereal int. / Lacti

15

Cal. 541 / H.C. 62 / Lip. 20 / P. 31

Bròquil gratinat

Pollastre arrebossat
amb enciam i blat de moro

Fruita fresca de temporada

Cereal / Prot.veg. i amanida / Lacti

18

Cal. 526 / H.C. 69 / Lip. 17 / P. 27

Mongeta verda i patata

Llom rostit
amb llet de poma

Fruita fresca de temporada

Cereal int. / Ou i amanida / Lacti

19

Cal. 779 / H.C. 96 / Lip. 35 / P. 26

Arròs amb tomàquet

Medalló de salmó
amb enciam i pastanaga

Fruita fresca de temporada

Verdura / Au i patata / Lacti

20

Cal. 682 / H.C. 95 / Lip. 24 / P. 27

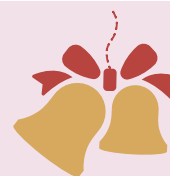
Escudella de Nadal

Pollastre a la cassola
amb prunes

Neules i torrons

Verdura / Peix i patata / Fruita

21



Bon Nadal



Menú elaborat per la
dietista nutricionista
Xisca Rebassa
col. CAT001289



* A cicle infantil es
substituirà l'amanida de
primer plat per un puré
de verdures de
temporada.

