

Menú Diàbetis 6 RACIONS

setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros i ceba

12	13	14	15	16
ENSALADA DE PASTA (Pasta 53g crua = 177g cuita = 3,5R)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (Arròs 60g cru = 140g cuinat = 4R)	CREMA DE VERDURES (Patata 150g = 3R)	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA (Patata 200g = 4R)
TRUITA DE PATATA I CEBA (Patata fregida o al forn 75g = 2R)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,5R)	PITERA D'INDIOT AL FORN	HAMBURGUESA MIXTA
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES (Patata fregida o al forn 75g = 2R))	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CEBA, PASTANAGA I PATATA (Patata fregida o al forn 75g = 2R)	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabuguera, formatge) (1R)
IOGURT NATURAL (0,5 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)
60g	60g	65g	60g	60g
6R	6R	6,5R	6R	6R
19	20	21	22	23
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (Patata 200g = 4R)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (Pasta 45g crua = 150g cuita = 3R Total Plat amb salsa 4R)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 125g = 2,5R - Plat 4,5R)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga, pèsols 3-4) (Arròs 60g cru = 140g cuinat = 4R)	FIDEUÀ DE VERDURES (Pasta 68g crua = 226g cuita = 4,5R Total Plat 5,5R)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,5R)	LLAMPUGA AL FORN	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CAMELITZADA	FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA	TRUITA A LA FRANCESA
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA (1R)	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies 3-4 granets) (0,5R)	PASTANAGA I BRÒQUIL (1R)	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (0,5R)
IOGURT NATURAL (0,5 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)
60g	60g	60g	60g	70g
6R	6R	6R	6R	7R
26	27	28	29	30
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 100g = 2R - Plat 4R)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols 4 granets , ou) (Patata 250g = 5R)	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (Pasta 45g crua = 150g cuita = 3R)	CREMA DE PASTANAGA (Patata 200g = 4R)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA (Arròs 53g cru = 125g cuinat = 3,5R Total Plat amb salsa 4,5R)
RABAS DE CALAMAR (1,5R)	RODO D'INDIOT AL FORN	TRUITA DE PATATA I CEBA (Patata fregida o al forn 75g = 2R))	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies 3-4 granets)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (0,5R) □	ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	I XAMPINYONS (1R)	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies 3-4 granets) (0,5R)
FRUITA DE TEMPORADA (1R)	IOGURT NATURAL (0,5 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)	FRUITA DE TEMPORADA (1R)
65g	60g	60g	60g	60g
6,5R	6R	6R	6R	6R

1 ració de fruita

Poma - Pera: 100g

Plàtan - Raïm: 50g

Melicoto - Nectarina:
100g

Meló - Síndria: 200g

Taronja - Madarina: 100g

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7)		SALSITXES DE POLASTRE (3,6,7,12)		LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Sípia amb cuscús i tomàtiga / Fruita		Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i falàfel de ciurons amb salsa / Fruita	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)		CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ		LLUÇ AL FORN (4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Salmó amb arròs i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	
15		16			
CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA			
PITERA D'INDIOT AL FORN		HAMBURGUESA MIXTA (6,12)			
CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb rap / Fruita		Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita			
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) (amb carabassa ecològica)		ESPAGUETIS INTEGRALS AMB ALL ALFABAGUERA, OLI (1,3)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	
INDIOT A LA PLANXA AMB CEBÀ		LLAMPUGA AL FORN (4)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CARAMELITZADA	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	
22		23			
ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)			
FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)		TRUITA A LA FRANCESA (3)			
PASTANAGA I BRÒQUIL		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Ciurons amb trempó i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita			
26		27		28	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)		RODO D'INDIOT AL FORN		TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita		Suggeriment de sopar: Salmó i quínoa amb pebres / Fruita		Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) (amb porros i pastanaga ecològica)		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA			
LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA		HOKI AL FORN (4)			
I XAMPINYONS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7	8	9		
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □	CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)		
TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7)	SALSITXES DE POLASTRE (3,6,7,12)	LLENGUADO AMB Salsa d'ANET (4,7)		
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)		
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		
Suggeriment de sopar: Sípia amb quínoa i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i falafel de ciurons amb salsa / Fruita		
12	13	14	15	16
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (4) (sense gluten)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLUÇ AL FORN (4)	PITERA D'INDIOT AL FORN	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CEBA, PASTANAGA I PATATA	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Salmó amb arròs i carabassó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i crostons / Fruita	Suggeriment de sopar: Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb rap / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita
19	20	21	22	23
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica	ESPAGUETIS AL PESTO (7,8) (sense gluten)	PURÉ DE VERDURES	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (9) (sense gluten)
INDIOT A LA PLANXA AMB CEBA	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CARAMELITZADA	FILET DE GALL AMB Salsa MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I Salsa DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons amb trempó i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
26	27	28	29	30
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (7) (sense gluten) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa DE TOMÀTIGA
LLUÇ AL FORN (4)	RODO D'INDIOT AL FORN	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLOM DE PORC ROSTIAT AMB Salsa DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	I XAMPINYONS	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó i quínoa amb pebres / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Apí 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ: Pasta, farina, bases de pizza, embotits, espècies: sense gluten

Ecoles Menú SENSE GLUTEN ni LACTOSA setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9					
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIOS DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)					
TRUITA A LA FRANCESA (3)		HAMBURGUESA DE POLASTRE (6,12)		LLENGUADO AL FORN (4)					
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)					
IOGURT Sense Lactosa (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA					
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:					
Sípia amb quínoa i tomàtiga / Fruita		Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita		Ensalada i falafel de ciurons amb salsa / Fruita					
12		13		14		15		16	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (4) (sense gluten)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ARRÒS 5 DELÍCIOS (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)		CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA	
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)		CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ		LLUÇ AL FORN (4)		PITERA D'INDIOT AL FORN		HAMBURGUESA MIXTA (6,12)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA DE TOMÀTIGA (tomàtiga, alfabaguera)	
IOGURT Sense Lactosa (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Salmó amb arròs i carabassó / Fruita		Ensalada amb ou bullit i crostons / Fruita		Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita		Tabulé de quínoa amb rap / Fruita		Quiche de verdures / Fruita	
19		20		21		22		23	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS AMB ALL ALFABAGUERA, OLI (sense gluten)		PURÉ DE VERDURES		ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		FIDEUÀ DE VERDURES (9) (sense gluten)	
INDIOT A LA PLANXA AMB CEBA		LLAMPUGA AL FORN (4)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CAMELITZADA		FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)		TRUITA A LA FRANCESA (3)	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)		PASTANAGA I BRÒQUIL		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)	
IOGURT Sense Lactosa (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita		Ensalada variada i truita de patata / Fruita		Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita		Ciurons amb trempó i patata / Fruita		Pizza casolana / Fruita	
26		27		28		29		30	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega) (sense gluten) □		CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	
LLUÇ AL FORN (4)		RODO D'INDIOT AL FORN		TRUITA DE PATATA I CEBA (3)		LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA		HOKI AL FORN (4)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)		I XAMPINYONS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT Sense Lactosa (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita		Salmó i quínoa amb pebres / Fruita		Arròs amb verdures i ciurons / Fruita		Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Torillles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ: Pasta, farina, bases de pizza, embotits, espècies: sense gluten. carn picada - sense lactosa.

Derivats càrn -pernil, hamburgueses, salsitxes, pilotes, carn picada - sense lactosa.

Escoles

Menú SENSE PROTÈINA DE LLET (inclosa lactosa)

setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7	8	9		
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □	CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)		
TRUITA A LA FRANCESA (3)	HAMBURGUESA DE POLASTRE (6,12)	LLENGUADO AL FORN (4)		
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soja) (6)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)		
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		
Suggeriment de sopar: Sípia amb cuscús i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i falàfel de ciurons amb salsa / Fruita		
12	13	14	15	16
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	PITERA D'INDIOT AL FORN	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CEBA, PASTANAGA I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA (tomàtiga, alfabetuera)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Salmó amb arròs i carabassó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb rap / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita
19	20	21	22	23
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB ALL ALFABAGUERA, OLI (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
INDIOT A LA PLANXA AMB CEBA	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CARAMELITZADA	FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons amb trempó i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
26	27	28	29	30
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfabetuera) (1,3) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	RODO D'INDIOT AL FORN	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	I XAMPINYONS	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó i quínoa amb pebres / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Apí 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ: Derivats càrnis -pernil, hamburgueses, salsixes, pilotes, carn picada - sense proteïna de llet de vaca ni lactosa.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
TRUITA A LA FRANCESA (3)		HAMBURGUESA DE POLASTRE (6,12)		LLENGUADO AL FORN (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT Sense Lactosa (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Sípia amb cuscús i tomàtiga / Fruita		Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i falàfel de ciurons amb salsa / Fruita	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)		CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ		ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
IOGURT Sense Lactosa (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Salmó amb arròs i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	
15		16			
CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA			
PITERA D'INDIOT AL FORN		HAMBURGUESA MIXTA (6,12)			
CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA DE TOMÀTIGA (tomàtiga, alfabaguera)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb rap / Fruita		Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita			
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS INTEGRALS AMB ALL ALFABAGUERA, OLI (1,3)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	
INDIOT A LA PLANXA AMB CEBA		LLAMPUGA AL FORN (4)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CARAMELITZADA	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSA DE TOMÀTIGA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
IOGURT Sense Lactosa (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	
22		23			
ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)			
FILET DE GALL AMB SALSA MARINERA (2,4,14)		TRUITA A LA FRANCESA (3)			
PASTANAGA I BRÒQUIL		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Ciurons amb trempó i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita			
26		27		28	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega) (1,3) □	
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)		RODO D'INDIOT AL FORN		TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT Sense Lactosa (7)		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita		Suggeriment de sopar: Salmó i quínoa amb pebres / Fruita		Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA			
LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSA DE TOMÀTIGA		HOKI AL FORN (4)			
I XAMPINYONS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Torilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ: Derivats càrnis -pernil, hamburgueses, salsixes, pilotes, carn picada - sense lactosa.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)		ARRÒS DELÍCIOS DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres)	
TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7)		POLLASTRE A LA PLANXA		LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Sípia amb cuscús i tomàtiga / Fruita		Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i hamburguesa amb patata / Fruita	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)		PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)		ARRÒS 5 DELÍCIOS (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)		CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ		ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Salmó amb arròs i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	
15		16			
PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR AMB OLI D'OLIVA			
PITERA D'INDIOT AL FORN		OUS BULLITS (3)			
CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb rap / Fruita		Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita			
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)	
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)		LLAMPUGA AL FORN (4)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CARAMELITZADA	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	
22		23			
ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga)		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9) (sense pèsols ni mongetes)			
FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)		TRUITA A LA FRANCESA (3)			
PASTANAGA I BRÒQUIL		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga ciceral)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Pollastre amb trempó i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita			
26		27		28	
PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, ou) (3) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)		RODO D'INDIOT AL FORN		TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata i pastanaga / Fruita		Suggeriment de sopar: Salmó i quínoa amb pebres / Fruita		Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre / Fruita	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA			
LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA		HOKI AL FORN (4)			
I XAMPINYONS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Tortillas mexicanes de pollastre i verdures / Fruita			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Menú sense lleties, mongetes, pèsols, ciurons, soia. Derivats càrnis: sense proteïna de soia.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oлива Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÓS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
INDIOT AMB CEBÀ		HAMBURGUESA DE POLLASTRE (6,12)		LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Sípia amb cuscús i tomàtiga / Fruita		Llom amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita		Ensalada i falafel de ciurons amb salsa / Fruita	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ARRÓS AMB VERDURES (porros, pebre vermell, pastanaga)	
FILET DE GALL AL FORN (4)		CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLUMONA I ROMANÍ		LLUÇ AL FORN (4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Salmó amb arròs i carabassó / Fruita		Ensalada amb llom i cuscús / Fruita		Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	
15		16			
CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA			
PITERA D'INDIOT AL FORN		HAMBURGUESA MIXTA (6,12)			
CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:			
Tabulé de quínoa amb rap / Fruita		Quiche de verdures / Fruita			
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	
INDIOT AMB CEBÀ		LLAMPUGA AL FORN (4)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Lluç amb patata i carabassó / Fruita		Ensalada variada i fruita de patata amb farina de ciurons / Fruita		Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	
22		23			
ARRÓS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)			
FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)		POLLASTRE AMB CEBÀ			
PASTANAGA I BRÒQUIL		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:			
Ciurons amb trempó i patata / Fruita		Pizza casolana / Fruita			
26		27		28	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols)		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	
POLLASTRE AMB CEBÀ		RODO D'INDIOT AL FORN		LLUÇ AL FORN (4)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Llom amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita		Salmó i quínoa amb pebres / Fruita		Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÓS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA			
LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA		HOKI AL FORN (4)			
I XAMPINYONS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:			
Ensalada variada i pa amb oli / Fruita		Torillles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ: Farines, Bases de pizza, Derivats càrmis: Sense Ou.

La pasta seca sense ou "pot contenir traçes d'ou" segons la fitxa tècnica del fabricant. Si és necessària una pasta especial s'ha de comunicar a l'escola.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9					
ENSALADA DE PATATA (patata, tomàtiga, pebre, orenga)		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)					
TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7)		SALSITXES DE POLASTRE (3,6,7,12)		OUS BULLITS (3)					
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)					
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA					
Suggeriment de sopar: Llom amb cuscús i tomàtiga / Fruita		Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i falàfel de ciurons amb salsa / Fruita					
12		13		14		15		16	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ARRÒS AMB VERDURES (porros, pebre vermell, pastanaga)		CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA	
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)		CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ		OUS BULLITS (3)		PITERA D'INDIOT AL FORN		HAMBURGUESA MIXTA (6,12)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Llom amb arròs i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita		Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb mongetes pintes / Fruita		Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita	
19		20		21		22		23	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)	
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)		OUS BULLITS (3)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CAMELITZADA		LLOM AMB CEBA		TRUITA A LA FRANCESA (3)	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSA DE TOMÀTIGA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)		PASTANAGA I BRÒQUIL		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Pastís de verdures amb patata i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Llom amb patata i tomàtiga / Fruita		Suggeriment de sopar: Ciurons amb trempó i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita	
26		27		28		29		30	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □		CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA	
POLLASTRE AMB CEBA		RODO D'INDIOT AL FORN		TRUITA DE PATATA I CEBA (3)		LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSA DE TOMÀTIGA		OUS BULLITS (3)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)		I XAMPINYONS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita		Suggeriment de sopar: Llom i quínoa amb pebres / Fruita		Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7	8	9		
ENSALADA DE PATATA (patata, tomàtiga, pebre, orenga)	CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)		
TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7)	SALSITXES DE POLASTRE (3,6,7,12)	OUS BULLITS (3)		
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soja) (6)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)		
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		
Suggeriment de sopar: Llom amb cuscús i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i falàfel de ciurons amb salsa / Fruita		
12	13	14	15	16
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS AMB VERDURES (porros, pebre vermell, pastanaga)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	OUS BULLITS (3)	PITERA D'INDIOT AL FORN	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CEBA, PASTANAGA I PATATA	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Llom amb arròs i carabassó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Alberginia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb mongetes pintes / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita
19	20	21	22	23
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	OUS BULLITS (3)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CAMELITZADA	LLOM AMB CEBA	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALS DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Pastís de verdures amb patata i carabassó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Llom amb patata i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons amb trempó i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
26	27	28	29	30
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica	ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀTIGA
POLLASTRE AMB CEBA	RODO D'INDIOT AL FORN	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALS DE TOMÀTIGA	OUS BULLITS (3)
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	I XAMPINYONS	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita	Suggeriment de sopar: Llom i quínoa amb pebres / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7)		SALSITXES DE POLASTRE (3,6,7,12)		LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soja) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Llom amb cuscús i tomàtiga / Fruita		Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i falàfel de ciurons amb salsa / Fruita	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)		CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ		ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Salmó amb arròs i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	
15		16			
CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA			
PITERA D'INDIOT AL FORN		HAMBURGUESA MIXTA (6,12)			
CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb rap / Fruita		Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita			
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)		LLAMPUGA AL FORN (4)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Llom amb patata i tomàtiga / Fruita	
22		23			
ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)			
FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)		TRUITA A LA FRANCESA (3)			
PASTANAGA I BRÒQUIL		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Ciurons amb trempó i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita			
26		27		28	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	
POLLASTRE AMB CEBÀ		RODO D'INDIOT AL FORN		TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita		Suggeriment de sopar: Salmó i quínoa amb pebres / Fruita		Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA			
LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA		HOKI AL FORN (4)			
I XAMPINYONS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Escoles

Menú SENSE TOMÀTIGA

setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7	8	9		
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, pebre, orenga, tonyina) (4) □	CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)		
TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7)	SALSITXES DE POLASTRE (3,6,7,12)	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)		
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, blat de les índies)		
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		
Suggeriment de sopar: Sípia amb cuscús i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i falàfel de ciurons amb salsa / Fruita		
12	13	14	15	16
ENSALADA DE PASTA (blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	PITERA D'INDIOT AL FORN	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, pastanaga, olives verdes)	CEBA, PASTANAGA I PATATA	ENSALADA (sense tomàtiga)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Salmó amb arròs i carabassó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de quínoa amb rap / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita
19	20	21	22	23
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CARAMELITZADA	FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, pastanaga, olives verdes)	PEBRES (sense tomàtiga)	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons amb trempó i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
26	27	28	29	30
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica	ARRÒS INTEGRAL AMB OLI I AROMÀTIQUES
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	RODO D'INDIOT AL FORN	TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)	BRÒQUIL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, ceba morada, poma)	I XAMPINYONS	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, blat de les índies)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó i quínoa amb pebres / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Tortillas mexicanes de pollastre i verdures / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Escoles Menú SENSE CARN DE PORC setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a pressió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIOS DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
TRUITA A LA FRANCESA (3)		SALSITXES DE POLASTRE (3,6,7,12)		LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Sjïpa amb cuscús i tomàtiga / Fruita		Ous bullits amb patata, pastanaga, pèsols / Fruita		Ensalada i falàfel de ciurons amb salsa / Fruita	
12	13	14	15	16	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELÍCIOS (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA	
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	PITERA D'INDIOT AL FORN	OUS BULLITS (3)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CEBA, PASTANAGA I PATATA	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)	
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	
Salmó amb arròs i carabassó / Fruita	Ensalada amb ou bullit i cuscús / Fruita	Albergínia i tomàtiga amb pollastre / Fruita	Tabulé de quinoa amb rap / Fruita	Quiche de verdures / Fruita	
19	20	21	22	23	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)	
INDIOT A LA PLANXA AMB CEBÀ	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)	
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	
Pastís de lluç amb patata i carabassó / Fruita	Ensalada variada i fruita de patata / Fruita	Sjïpa amb patata i tomàtiga / Fruita	Ciurons amb trempó i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita	
26	27	28	29	30	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	RODO D'INDIOT AL FORN	TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	HAMBURGUESA VEGANA (1,6)	HOKI AL FORN (4)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	XAMPINYONS SALTATS	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	
Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita	Salmó i quinoa amb pebres / Fruita	Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	Ensalada variada i fruita a la francesa amb pa / Fruita	Tortillas mexicanes de pollastre i verdures / Fruita	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Escoles Menú SENSE CARN setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
TRUITA A LA FRANCESA (3)		HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)		ENSALADA VARIADA		ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		FRUITA DE TEMPORADA		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
15		16			
CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA			
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		OUS BULLITS (3)			
CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		LLAMPUGA AL FORN (4)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA		PASTANAGA I BRÒQUIL	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica	
22		23			
ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)			
FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)		TRUITA A LA FRANCESA (3)			
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
26		27		28	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)		IOGURT NATURAL (7)		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA			
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		HOKI AL FORN (4)			
XAMPINYONS SALTATS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Escoles

Menú SENSE CARN ni PEIX (Ovolacteovegetarià)

setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA (patata, tomàtiga, pebre, orenga)		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
TRUITA A LA FRANCESA (3)		HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES			
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3)		ENSALADA VARIADA		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)				ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		FRUITA DE TEMPORADA	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
15		16			
CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA		OUS BULLITS (3)	
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)		FRUITA DE TEMPORADA	
CEBA, PASTANAGA I PATATA					
FRUITA ecològica					
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ENSALADA VARIADA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
22		23			
PASTANAGA I BRÒQUIL AMB SÈSAM		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)		TRUITA A LA FRANCESA (3)	
ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)		FRUITA DE TEMPORADA	
FRUITA ecològica					
26		27		28	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
				FRUITA DE TEMPORADA	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)		ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀTIGA I PÈSOLS	
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)				FRUITA DE TEMPORADA	
XAMPINYONS SALTATS					
FRUITA ecològica					

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Escoles

Menú SENSE CARN, PEIX, OU, LÀCTIS (Vegà)

setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
ENSALADA DE PATATA (patata, tomàtiga, pebre, orenga)		HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		ARRÒS DELÍCIOS DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
FRUITA DE TEMPORADA		PATATES ROSTIDES		FRUITA DE TEMPORADA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
12		13		14	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		ENSALADA VARIADA		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3) I PÈSOLS		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ARRÒS 5 DELÍCIOS (porros, pebre vermell, pastanaga, pèsols)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ENSALADA VARIADA		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		ESPAGUETIS INTEGRALS AMB ALL, AROMÀTIQUES, FRUITA SECA (1,3,8)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
26		27		28	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		ENSALADA DE PATATA (patata, pastanaga, pèsols)		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, aïfàbrega) I FRUITA SECA (1,3,8)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀTIGA I PÈSOLS			
XAMPINYONS SALTATS		FRUITA DE TEMPORADA			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Escoles Menú SENSE POLLASTRE, INDIOT, SOIA, TONYINA setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA (patata, tomàtiga, pebre, orenga)		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7)		LLOM A LA PLANXA		LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3)		ENSALADA VARIADA		ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		FRUITA DE TEMPORADA		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
OUS BULLITS (3)		LLAMPUGA AL FORN (4)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA		FRUITA DE TEMPORADA	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
26		27		28	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)		IOGURT NATURAL (7)		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA			
LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA		HOKI AL FORN (4)			
I XAMPINYONS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos