

MARÇ 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i lloret)	CREMA DE CARBASSÓ	MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3,6,10)	SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10)
	LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4)	TRUITA FRANCESA (3)	INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)	PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA
	AMANIDA: Iletuga i tomàtiga	AMANIDA: Iletuga, brots de soja i pernil dolç (6)	ARRÒS BASMATI	AMANIDA: Iletuga, pastanaga i blat de les índies	
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE CARN I VERDURA (1,3,6,10)	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE	CUINAT DE MONGETA BLANCA	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)
	TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)	LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)	"FAJITAS" DE POLLASTRE AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA (1)	LLUÇ TORRAT (4)	HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)
	AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres			AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i formatge (7)	AMANIDA: Iletuga, col lombarda i poma
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i lloret)	SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i lloret)	CREMA DE VERDURES DEL TEMPS	AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata
	CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,6,7,9)	BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA	LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba	TRUITA FRANCESA (3)
	AMANIDA: Iletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies		AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	CÚSCÚS (1)	AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPIRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,6,4,10)	ESCUDELLA FRESCA	VICHYSOISE DE PORROS
	RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14)	TRUITA DE PATATA (3)	POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES	LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSAS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord) (4)	LLOM AMB SALSAS DE VERDURES
	AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i blat de les índies	AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i olives	AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)		ARRÒS INTEGRAL
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, pernil dolç, bacó i nata) (1,3,6,7,10)				
	TRUITA FRANCESA (3)				
	AMANIDA: Iletuga, cogombre i formatge (7)				
	FRUITA DEL TEMPS				

MARÇ 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

Informació sobre els nostres menús

Sempre hi ha Pa moreno integral de forn de llenya (producte local) d'acompanyament i aigua embotellada

Les amanides estan trempades amb oli d'oliva extra verge premsat en fred

Els nostres iogurts no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml

En ocasions combinem cereal i llegum per obtenir proteïna vegetal d'alta qualitat.

Utilitzem sal i espècies de comerç just.

Tot el nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible certificada).

Un 10% dels nostres ingredients i/o productes són de proximitat i de km0. El producte a servir dependrà de l'època de l'any.

El 5% de les nostres carns d'au tenen certificat "welfair" que promou el benestar animal.

El 5% Dels nostres ous tenen certificat "welfair" que promou el benestar animal.

Utilitzem Plats tradicionals de les Illes Balears destacats en el text amb lila

Utilitzem Productes ecològics, destacats en el text amb verd

Utilitzem Productes de temporada segons el calendari APAEMA:

* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui certificat mèdic.

* en cas de dieta blanda i estrictament (mal de panxa) es donarà: sopa d'arròs o puré de pastanaga + segon plat de carn o peix bullit, al forn o a la

* en cas de dieta sense carn de porc per crencies religioses, se li donarà com a substitució pollastre, indi, vedella, peix o ou.

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentació en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

PROPOSTES DE SOPARS COMPLEMENTARIS

DILLUNS 3 Alvocat amb tomàtiga + pollastre al forn amb patata i ceba + fruita	DIMARTS 4 Pastanaga ratllada amb poma + sopa de fideus amb rap + fruita	DIMECRES 5 Truita francesa amb patata i pèsols + fruita	DIJOUS 6 Cogombre amb formatge + pollastre a la planxa amb arròs + fruita	DIVENDRES 7 Daurada al forn amb moniato i carbassa + fruita
DILLUNS 10 Pilotes amb salsa de tomàtiga i porro + arròs + fruita	DIMARTS 11 Remolatxa i poma + humus de cigrons amb crostons integrals + fruita	DIMECRES 12 Truita de patata amb mongeta verda i tomàtiga + fruita	DIJOUS 13 Indi a la planxa amb pastanaga i bròquil + fruita	DIVENDRES 14 Puré de verdures + seitons arrebossats + fruita
DILLUNS 17 Crema de verdures + lluç amb patata bullida + fruita	DIMARTS 18 Amanida de tomàtiga i poma + croquetes de pernil amb pèsols + fruita	DIMECRES 19 Pollastre bullit amb amb pastanaga i blat de les índies + fruita	DIJOUS 20 Truita de patata amb pa moreno, tomàtiga i olives + fruita	DIVENDRES 21 Sopa + salsitxes amb alvocat + fruita
DILLUNS 24 Pollastre a la planxa amb patata i bròquil + fruita	DIMARTS 25 Humus amb cruditès + pa amb oli de formatge + fruita	DIMECRES 26 Arròs amb rap, pastanaga i pèsols + fruita	DIJOUS 27 Indi a la planxa amb moniato i coliflor + fruita	DIVENDRES 28 Lubina al forn amb patata i carbassó + fruita
DILLUNS 31 Pollastre amb xampinyons i arròs + fruita				

MARZO 2025

CON PROPUESTAS DE CENA

	LUNES 3	MARÉS 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
COMIDA	<p>ARROZ 3 DELICIAS: zanahoria, pavo y pimiento rojo</p> <p>MERLUZA A LA ESPALDA CON AJO Y PEREJIL (4)</p> <p>ENSALADA: lechuga Y tomate</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>POTAJE DE LENTEJAS (1): cebolla, puerro, tomate, calabaza, judia verde, caldo de verduras, ajo y laurel</p> <p>TORTILLA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA: lechuga, brotes de soja y jamón york (6)</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN</p> <p>PAVO AL CURRI (cebolla, puerro, zanahoria, manzana, curri y leche de coco)</p> <p>ARROZ BASMATI</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>MACARRONES A LA BOLONESA (1,3,6,10)</p> <p>PESCADO REBOZADO CON HARINA DE GARBANZO (4)</p> <p>ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>SOPA DE CALDO DE CARNE Y VERDURAS (1,3,6,10)</p> <p>REDONDO DE TERNERA CON VERDURA Y PATATA</p> <p>IOGURT (7)</p>
	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
COMIDA	<p>FIDEOS CON CALDO DE CARNE Y VERDURA (1,3,6,10)</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA (3)</p> <p>ENSALADA: hojas de roble, tomate y aceitunas negras</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>CREMA DE ZANAHORIA Y GINGEBRE</p> <p>MERLUZA AL HORNO CON PATATA, CEBOLLA Y PIMENTÓN (4)</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>COCIDO DE JUDIA BLANCA</p> <p>"FAJITAS" DE POLLO CON PIMIENTO ROJO, VERDE Y CEBOLLA</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>ARROZ DE PESCADO (4)</p> <p>MERLUZA AL HORNO (4)</p> <p>ENSALADA: lechuga, tomate y queso (7)</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>ESPAGUETIS INTEGRALES A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)</p> <p>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA (6,9,12)</p> <p>ENSALADA: lechuga, col lombarda y manzana</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
COMIDA	<p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA (cebolla, puerro, tomate triturado, zanahoria, ajos y laurel)</p> <p>CORDON BLEU DE PAVO (1,3,6,7,9)</p> <p>ENSALADA: lechuga, zanahoria rallada y maíz</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>SOPA DE COCIDO (1,3,6,10)</p> <p>COCIDO DE POLLO CON PATATA Y JUDIA VERDE HERVIDA</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>POTAJE DE LENTEJAS (1): cebolla, tomate, calabaza, judia verde, caldo de verduras, ajo y laurel</p> <p>MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE GARBANZO (4)</p> <p>ENSALADA: capresse (tomate, dados de queso y orégano) (7)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE VERDURAS DEL TIEMPO</p> <p>"AGUIAT" DE ALBONDIGAS MIXTAS A LA JARDINERA (6,9,12): zanahoria, guisantes y cebolla</p> <p>CÚSCÚS (1)</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>"AGUIA" DE GARBANZOS: espinacas, zanahoria, cebolla, acelgas y patata</p> <p>TORTILLA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA: tomate, pepino y zanahoria</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
COMIDA	<p>PURÉ DE LENTEJA ROJA CON CALABAZA (1)</p> <p>RABAS DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14)</p> <p>ENSALADA: lechuga, tomate y maíz</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>ARROZ DE PESCADO (4)</p> <p>TORTILLA DE PATATA (3)</p> <p>ENSALADA: lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>ESPIRALES CON SALSA DE TOMATE Y ATUN (1,3,6,10)</p> <p>POLLO AL HORNO CON CEBOLLA, MANZANA Y CIRUELAS</p> <p>ENSALADA: hojas de roble, zanahoria y brotes de soja (6)</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>"ESCUDELLA" FRESCA</p> <p>MERLUZA AL HORNO CON PATATAS Y SALSA DE PIMIENTOS ROJOS (cebolla, ajos, pimiento rojo, tomate y pimentón)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>VICHYSOISE DE PUERRO</p> <p>LOMO CON SALSA DE VERDURAS</p> <p>ARROZ INTEGRAL</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>
	LUNES 31				
COMIDA	<p>MACARRONES INTEGRALES A LA CARBONARA (cebolla, jamón york, bacon y nata) (1,3,6,7,10)</p> <p>TORTILLA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA: lechuga, pepino y queso (7)</p> <p>FRUTA DEL TIEMPO</p>				

MARZO 2025

CON PROPUESTAS DE CENA

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

Informació sobre els nostres menús

Sempre hi ha Pa moreno integral de forn de llenya (producte local) d'acompanyament i aigua embotellada

Les amanides estan trempades amb oli d'oliva extra verge premsat en fred

Els nostres iogurts no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml

En ocasions combinem cereal i llegum per obtenir proteïna vegetal d'alta qualitat.

Utilitzem sal i especíes de comerç just.

Tot el nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible certificada).

Un 10% dels nostres ingredients i/o productes són de proximitat i de km0. El producte a servir dependrà de l'època de l'any.

El 5% de les nostres carns d'au tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal.

El 5% dels nostres ous tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal.

Utilitzem Plats tradicionals de les Illes Balears destacats en el text amb lila

Utilitzem Productes ecològics, destacats en el text amb verd

Utilitzem Productes de temporada segons el calendari APAEMA:

* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui certificat mèdic.

* en cas de dieta blana i estringent (mal de panxa) es donarà: sopa d'arròs o puré de pastanaga + segon plat de carn o peix bullit, al forn o a la

* en cas de dieta sense carn de porc per crencies religioses, se li donarà com a substitució pollastre, indi, vedella, peix o ou.

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

PROPUESTAS DE CENAS COMPLEMENTARIAS

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Aguacate con tomate + pollo al horno con patata y cebolla + fruta	Zanahoria rallada con manzana + sopa de fideos de rape + fruta	Tortilla francesa con patata y guisantes + fruta	Pepino con queso + pollo a la plancha con arroz + fruta	Dorada al horno con moniato y calabaza + fruta
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Pelotas con salsa de tomate y puerro + arroz + fruta	Remolacha y manzana + hummus de garbanzos integrales + fruta	Tortilla de patata con judia verde y tomate + fruta	Pavo a la plancha con zanahoria y brócoli + fruta	Puré de verduras + Seitan rebozado + fruta
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Crema de verduras + merluza con patata hervida + fruta	Ensalada de tomate y manzana + croquetas de jamón con guisantes + fruta	Pollo hervido con zanahoria y maíz + fruta	Tortilla de patata con pan moreno, tomate y aceitunas + fruta	Sopa + salsichas con aguacate + fruta
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Pollo a la plancha con patata y brócoli + fruta	Humus con crudités + "pa amb oli" de queso + fruta	Arroz de rape, zanahoria y guisantes + fruta	Pavo a la plancha con moniato y coliflor + fruta	Lubina al horno con patata y calabacín + fruta
LUNES 31				
Pollo con champiñones y arroz + fruta				

MARÇ 2025

NO GLUTEN

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell</p> <p>LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, brots de soja i permil dolç (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA AMB CARN MAGRE DE POLLASTRE</p> <p>PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA SENSE GLUTEN DE BROU DE CARN I VERDURES</p> <p>RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA</p> <p>IOGURT (7)</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>FIDEUS SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURA</p> <p>TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>POLLASTRE A LA PLANXA AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>LLUÇ TORRAT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA</p> <p>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA SENSE GLUTEN DE BULLIT</p> <p>BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS</p> <p>AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba</p> <p>ARRÒS BULLIT</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>PURÉ DE CIGRONS AMB PASTANAGA</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN AMB SALS DE TOMÀTIGA</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES</p> <p>AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>VICHYSOISE DE PORROS</p> <p>LLOM AMB SALS DE VERDURES</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 31				
DINAR	<p>PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I ORENGA</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, cogombre i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>				

MARÇ 2025

NO GLUTEN

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO GLUTEN

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lleties d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO FRUITS SECS NI MELÓ NI SINDRIA

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell</p> <p>LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, brots de soja i pernil dolç (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3,6,10)</p> <p>PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10)</p> <p>RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA</p> <p>IOGURT (7)</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>FIDEUS AMB BROU DE CARN I VERDURA (1,3,6,10)</p> <p>TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>"FAJITAS" DE POLLASTRE AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA (1)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>LLUÇ TORRAT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)</p> <p>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)</p> <p>CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,6,7,9)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)</p> <p>BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS</p> <p>AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba</p> <p>CÚSCÚS (1)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)</p> <p>RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPIRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,6,4,10)</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES</p> <p>AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSAS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>VICHYSOISE DE PORROS</p> <p>LLOM AMB SALSAS DE VERDURES</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 31				
DINAR	<p>MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, pernil dolç, bacó i nata) (1,3,6,7,10)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, cogombre i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>				

MARÇ 2025

NO FRUITS SECS NI MELÓ NI SINDRIA

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO FRUITS SECS NI MELÓ NI SINDRIA

En aquest menú totes es elaboracions que portin FRUITS SECS, MELÓ O SINDRIA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. Aquest any tenim una gran diversitat d'al·lèrgies, per aquest motiu, per tal de garantir la salut d'aquests infants, evitant qualsevol possible contaminació creuada, hem hagut d'unificar en ocasions els menús dels nins amb al·lèrgies. moltes gracies per la vostra comprensió. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO OU

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell	CUINAT DE LLENTIES (1)	CREMA DE CARBASSÓ	PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA AMB CARN MAGRE DE POLLASTRE	SOPA SENSE GLUTEN DE BROU DE CARN I VERDURES
	LLUÇ A L'ESPATLLA AMB ALLI I JULIVERT (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)	PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA
	AMANIDA: Iletuga i tomàtiga	AMANIDA: Iletuga, brots de soja i permil dolç (6)	ARRÒS BASMATI	AMANIDA: Iletuga, pastanaga i blat de les índies	IOGURT (7)
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	FIDEUS SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURA	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE	CUINAT DE MONGETA BLANCA	ARRÒS DE PEIX (4)	PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA
	INDIOT TORRAT	LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)	POLLASTRE A LA PLANXA AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA	LLUÇ TORRAT (4)	HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)
	AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres			AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i formatge (7)	AMANIDA: Iletuga, col lombarda i poma
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i lloer)	SOPA SENSE GLUTEN DE BULLIT	CUINAT DE LLENTIES (1)	CREMA DE VERDURES DEL TEMPS	AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata
	INDIOT A LA PLANXA	BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA	LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba	INDIOT A LA PLANXA
	AMANIDA: Iletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies		AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	ARRÒS BULLIT	AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	PURÉ DE CIGRONS AMB PASTANAGA	ARRÒS DE PEIX (4)	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALS DE TOMÀTIGA	ESCUDELLA FRESCA	VICHYSOISE DE PORROS
	LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)	POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES	LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)	LLOM AMB SALS DE VERDURES
	AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i blat de les índies	AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i olives	AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)		ARRÒS INTEGRAL
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I ORENGA				
	TRUITA FRANCESA (3)				
	AMANIDA: Iletuga, cogombre i formatge (7)				
	FRUITA DEL TEMPS				

MARÇ 2025

NO OU

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO OU

En aquest menú totes es elaboracions que portin OU seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO LACTOSA NI PVL

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i lloret)	CREMA DE CARBASSÓ	MACARRONS A LA BOLONYESA DE CARN D'AU O PORC (1,3,6,10)	SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10)
	LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4)	TRUITA FRANCESA (3)	INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)	PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	CIGRONS AMB VERDURA I PATATA
	AMANIDA: lletuga i tomàtiga	AMANIDA: lletuga, brots de soja i pernil dolç (6)	ARRÒS BASMATI	AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies	IOGURT DE SOJA (6)
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE CARN I VERDURA (1,3,6,10)	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE	CUINAT DE MONGETA BLANCA	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)
	TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)	LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)	"FAJITAS" DE POLLASTRE AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA	LLUÇ TORRAT (4)	HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)
	AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres			AMANIDA: lletuga juliana i pastanaga ratllada	AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT DE SOJA (6)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ARRÒS AMB Salsa de TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i lloret)	SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i lloret)	CREMA DE VERDURES DEL TEMPS	AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata
	INDIOT A LA PLANXA	BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA	LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	AGUIAT DE PILOTES DE POLLASTRE O PORC (12) A LA JARDINERA : pastanaga, pesols i ceba	TRUITA FRANCESA (3)
	AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies		AMANIDA: Tomàtiga	CÚSCÚS (1)	AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT DE SOJA (6)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPIRALS AMB Salsa DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,6,4,10)	ESCUDELLA FRESCA	VICHYSOISE DE PORROS
	LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4)	TRUITA DE PATATA (3)	POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES	LLUÇ AL FORN AMB PATATES I Salsa DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)	LLOM AMB Salsa DE VERDURES
	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives	AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)		ARRÒS INTEGRAL
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT DE SOJA (6)	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	MACARRONS INTEGRALS SALTEJADA AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10)				
	TRUITA FRANCESA (3)				
	AMANIDA: lletuga, cogombre				
	FRUITA DEL TEMPS				

MARÇ 2025

NO LACTOSA NI PVL

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO LACTOSA NI PVL NI VEDELLA

En aquest menú totes es elaboracions que portin LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En aquest menú, tampoc donarem vedella per la similitut de les proteïnes d'aquesta amb la de la PVL. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO GLUTEN NI LACTOSA

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell</p> <p>LLUÇ A L'ESPATLLA AMB All i JULIVERT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, brots de soja i pernil dolç (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA AMB CARN MAGRE DE POLLASTRE O PORC</p> <p>PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA SENSE GLUTEN DE BROU DE CARN I VERDURES</p> <p>CIGRONS AMB VERDURA I PATATA</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>FIDEUS SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURA</p> <p>TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>POLLASTRE A LA PLANXA AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>LLUÇ TORRAT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga juliana i pastanaga ratllada</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA SENSE GLUTEN DE BULLIT</p> <p>BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: Tomàtiga</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS</p> <p>AGUIAT DE PILOTES DE POLLASTRE O PORC (12) A LA JARDINERA : pastanaga, pesols i ceba</p> <p>ARRÒS BULLIT</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>PURÉ DE CIGRONS AMB PASTANAGA</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN AMB SALS DE TOMÀTIGA</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES</p> <p>AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>	<p>VICHYSOISE DE PORROS</p> <p>LLOM AMB SALS DE VERDURES</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 31				
DINAR	<p>PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I ORENGA</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, cogombre</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>				

MARÇ 2025

NO GLUTEN NI LACTOSA

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

NO GLUTEN NI LACTOSA NI PVL

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. En aquest menú, tampoc donarem vedella per la similitut de les proteïnes d'aquesta amb la de la PVL. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO FRUITS SECS NI LACTOSA NI PVL

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i lloer)	CREMA DE CARBASSÓ	MACARRONS A LA BOLONYESA DE CARN D'AU O PORC (1,3,6,10)	SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10)
	LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4)	TRUITA FRANCESA (3)	INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)	PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	CIGRONS AMB VERDURA I PATATA
	AMANIDA: lletuga i tomàtiga	AMANIDA: lletuga, brots de soja i pemil dolç (6)	ARRÒS BASMATI	AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies	IOGURT DE SOJA (6)
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE CARN I VERDURA (1,3,6,10)	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE	CUINAT DE MONGETA BLANCA	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)
	TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)	LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)	"FAJITAS" DE POLLASTRE AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA	LLUÇ TORRAT (4)	HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)
	AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres			AMANIDA: lletuga juliana i pastanaga ratllada	AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT DE SOJA (6)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i lloer)	SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i lloer)	CREMA DE VERDURES DEL TEMPS	AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata
	INDIOT A LA PLANXA	BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA	LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	AGUIAT DE PILOTES DE POLLASTRE O PORC (12) A LA JARDINERA : pastanaga, pesols i ceba	TRUITA FRANCESA (3)
	AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies		AMANIDA: Tomàtiga	CÚSCÚS (1)	AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT DE SOJA (6)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPIRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,6,4,10)	ESCUDELLA FRESCA	VICHYSOISE DE PORROS
	LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4)	TRUITA DE PATATA (3)	POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES	LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSAS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)	LLOM AMB SALSAS DE VERDURES
	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives	AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)		ARRÒS INTEGRAL
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT DE SOJA (6)	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	MACARRONS INTEGRALS SALTEJADA AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10)				
	TRUITA FRANCESA (3)				
	AMANIDA: lletuga, cogombre				
	FRUITA DEL TEMPS				

MARÇ 2025

NO FRUITS SECS NI LACTOSA NI PVL

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

NO FRUITS SECS NI LACTOSA NI PVL NI VEDELLA

En aquest menú totes es elaboracions que portin FRUITS SECS, LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En aquest menú, tampoc donarem vedella per la similitud de les proteïnes d'aquesta amb la de la PVL. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell

MARÇ 2025

NO PEIX NI MARISC

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiòt, pebre vermell</p> <p>POLLASTRE A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: lletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, brots de soja i permil dolç (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3,6,10)</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10)</p> <p>RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA</p> <p>IOGURT (7)</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>FIDEUS AMB BROU DE CARN I VERDURA (1,3,6,10)</p> <p>TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>INDIOT AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>"FAJITAS" DE POLLASTRE AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)</p> <p>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)</p> <p>CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,6,7,9)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)</p> <p>BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS</p> <p>AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba</p> <p>CÚSCÚS (1)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS AMB BROU DE VERDURES</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPIRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA (1,3,6,10)</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES</p> <p>AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>INDIOT AL FORN AMB PATATES I SALSAS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>VICHYSOISE DE PORROS</p> <p>LLOM AMB SALSAS DE VERDURES</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 31				
DINAR	<p>MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, permil dolç, bacó i nata) (1,3,6,7,10)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, cogombre i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>				

MARÇ 2025

NO PEIX NI MARISC

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO PEIX NI MARISC

En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I/O MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO PEIX NI LACTOSA

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell</p> <p>POLLASTRE A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: lletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, brots de soja i permil dolç (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>MACARRONS A LA BOLONYESA DE CARN D'AU O PORC (1,3,6,10)</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10)</p> <p>CIGRONS AMB VERDURA I PATATA</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>FIDEUS AMB BROU DE CARN I VERDURA (1,3,6,10)</p> <p>TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>INDIOT AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>"FAJITAS" DE POLLASTRE AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga juliàna i pastanaga ratllada</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)</p> <p>BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: Tomàtiga</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS</p> <p>AGUIAT DE PILOTES DE POLLASTRE O PORC (12) A LA JARDINERA : pastanaga, pesols i ceba</p> <p>CÚSCÚS (1)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS AMB BROU DE VERDURES</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPIRALS AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3,6,10)</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES</p> <p>AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>INDIOT AL FORN AMB PATATES I SALS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>	<p>VICHYSOISE DE PORROS</p> <p>LLOM AMB SALS DE VERDURES</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 31				
DINAR	<p>MACARRONS INTEGRALS SALTEJADA AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, cogombre</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>				

MARÇ 2025

NO PEIX NI LACTOSA

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO PEIX NI MARISC NI LACTOSA NI PVL (ni vedella)

En aquest menú totes es elaboracions que portin LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA, PEIX I MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En el menú tampoc es donarà vedella, per la seva similitut amb la pvl. Aquest any tenim una gran diversitat d'al·lèrgies, per aquest motiu, per tal de garantir la salut d'aquests infants, evitant qualsevol possible contaminació creuada, hem hagut d'unificar en ocasions els menús dels nins amb al·lèrgies. moltes gracies per la vostre comprensió. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

DIABETICA 5,5R. NO PEIX NI MARISC

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiot, pebre vermell 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit	CUINAT DE LLENTIES (1) 4R: (3R: 150g de llentia bullida +1R: 65g de patata bullida)	CREMA DE CARBASSÓ 2R: (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)	MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3,6,10) 4R: 180g de pasta integral bullida	SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10) 3R: 135g de pasta bullida
	POLLASTRE A LA PLANXA	TRUITA FRANCESA (3)	INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)	HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)	RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA 1R: 65g DE PATATA bullida
	AMANIDA: lletuga i tomàtiga	AMANIDA: lletuga, brots de soja i pemil dolç (6)	ARRÒS INTEGRAL 2R: 80g d'arròs integral o 76 d'arròs blanc bullit	AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies	IOGURT sense de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)
	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)
	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE CARN I VERDURA (1,3,6,10) 3R: 135g de pasta bullida	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE 2R: (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)	CUINAT DE MONGETA BLANCA 2R : 110g de mongeta blanca bullida	ARRÒS AMB VERDURES 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10) 4R: 180g de pasta integral bullida
	TRUITA DE PATATA 1R: 120g de truita de patata	INDIOT AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD 2R: 70g de patata al forn	POLLASTRE AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA ARRÒS INTEGRAL 2R: 80g d'arròs integral o 76 d'arròs blanc bullit	TRUITA FRANCESA (3)	HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)
	AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives negres	AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7)	AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma
	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	IOGURT sense de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)
	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA CASOLANA 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit	SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10) 3R: 135g de pasta bullida	CUINAT DE LLENTIES (1) 4R: (3R: 150g de llentia bullida +1R: 65g de patata bullida)	CREMA DE VERDURES DEL TEMPS 2R: (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)	AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes 4R: (3R, 165g de cigrons bullits + 1R, 65g de patata bullida)
	INDIOT A LA PLANXA	BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA 1R: 65g DE PATATA bullida	INDIOT A LA PLANXA	AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba	TRUITA FRANCESA (3)
	AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies	AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies	AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	CÚSCÚS (1) 2R: 90g de cuscús bullit	AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga
	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	IOGURT sense de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)
	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) 4R: (3R: 150g de llentia bullida +1R: 65g de patata bullida)	ARRÒS AMB BROU DE VERDURA 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit	PASTA AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3,6,10,) 4R: 180g de pasta integral bullida	ESCUDELLA FRESCA 2R: 110g de mongeta blanca bullida	VICHYSOISE DE PORROS 2R: (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)
	HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)	TRUITA FRANCESA (3)	POLLASTRE ROSTIT	INDIOT AL FORN AMB PATATES I SALS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord) 2R: 70g de patata al forn	LLOM AMB SALS DE VERDURES
	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives	AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)	AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies	ARRÒS INTEGRAL 2R: 80g d'arròs integral o 76 d'arròs blanc bullit
	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	IOGURT sense de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)
	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA

MARÇ 2025

DIABETICA 5,5R. NO PEIX NI MARISC

DILLUNS 31	
DINAR	MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, pernil dolç, bacó i nata) (1,3,6,7,10) 4R : 180g de pasta integral bullida
	TRUITA FRANCESA (3)
	AMANIDA: lletuga, cogombre i formatge (7)
	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)
NO PA	

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

NO PEIX NI MARISC

En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I/O MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

Utilitzem les taules de les racions d'HIDRATS DE CARBONI de la "FUNDACIÓN PARA LA DIABETES"

TR FRUITA:	1,5R FRUITA	2R FRUITA
200g SINDRIA	300g	400g
200g MELO	300g	400g
150g ALBERCOC	225g	300g
100g NECTARINA	150g	200g
100g PRUNA	150g	200g
100g POMA	150g	200g
100g MANARINA	150g	200g
100g PRÉSSEC	150g	200g
200g MADUIXES	300g	400g
100g PERA	150g	200g
100g TARONJA	150g	200g
100g PINYA (2 rodanxes)	150g	200g
100g PRUNA	150g	200g
50g PLATAN	75g	100g

* la pasta sense gluten conté 13g de carbohidrat per 1R

*Els canvis referents a les racions d'hidrats de carboni estàn marcats en blau.

* Si hi ha canvis del menú basal, aquests estàn marcats amb vermell. Aquests són fets expressament per

MARÇ 2025

NO CARN

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell</p> <p>LLUÇ A L'ESPATLLA AMB ALLI I JULIVERT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i lloret)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga juliana i soja (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>TOFU AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco) (6)</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>MACARRONS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)</p> <p>PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE BROU DE VERDURES (1,3,6,10)</p> <p>CIGRONS AMB VERDURA I PATATA</p> <p>IOGURT (7)</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>FIDEUS AMB BROU DE VERDURA (1,3,6,10)</p> <p>TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>"FAJITAS" D'ALBERGINIA AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>LLUÇ TORRAT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)</p> <p>HAMBURGUESA VEGANA (6)</p> <p>AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i lloret)</p> <p>OUS BULLITS (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA VEGETAL (1,3,6,10)</p> <p>MONGETA BLANCA AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i lloret)</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS</p> <p>AGUIAT DE PILOTES VEGETALS (6): pastanaga, pesols i ceba</p> <p>CÚSCÚS (1)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)</p> <p>RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPIRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,6,4,10)</p> <p>TOFU ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES (6)</p> <p>AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSAS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>VICHYSOISE DE PORROS</p> <p>OUS BULLITS AMB SALSAS DE VERDURES (3)</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 31				
DINAR	<p>MACARRONS INTEGRALS SALTEJATS AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, cogombre i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>				

MARÇ 2025

NO CARN

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO CARN

En aquest menú totes es elaboracions que portin CARN seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO OU NI LACTOSA

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell</p> <p>LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4)</p> <p>AMANIDA: Iletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1)</p> <p>POLLASTRE A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: Iletuga, brots de soja i pemil dolç (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA AMB CARN MAGRE DE POLLASTRE</p> <p>PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: Iletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA SENSE GLUTEN DE BROU DE CARN I VERDURES</p> <p>CIGRONS AMB VERDURA I PATATA</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>FIDEUS SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURA</p> <p>INDIOT TORRAT</p> <p>AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA</p> <p>POLLASTRE A LA PLANXA AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>LLUÇ TORRAT (4)</p> <p>AMANIDA: Iletuga juliana i pastanaga ratllada</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: Iletuga, col lombarda i poma</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>ARRÒS AMB Salsa de TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i lloret)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: Iletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA SENSE GLUTEN DE BULLIT</p> <p>BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1)</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: Tomàtiga</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS</p> <p>AGUIAT DE PILOTES DE POLLASTRE O PORC (12) A LA JARDINERA : pastanaga, pesols i ceba</p> <p>ARRÒS BULLIT</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>PURÉ DE CIGRONS AMB PASTANAGA</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4)</p> <p>AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i olives</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN AMB Salsa de TOMÀTIGA</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES</p> <p>AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATES I Salsa de PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT DE SOJA (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>VICHYSOISE DE PORROS</p> <p>LLOM AMB Salsa de VERDURES</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 31				
DINAR	<p>PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I ORENGA</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: Iletuga, cogombre</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>				

MARÇ 2025

NO OU NI LACTOSA

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

NO GLUTEN NI LACTOSA NI PVL NI OU

En aquest menú totes es elaboracions que portin OU, LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA I OU seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. EN aquest menú tampoc hi haurà vedella. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Aquest any tenim una gran diversitat d'al·lèrgies, per aquest motiu, per tal de garantir la salut d'aquests infants, evitant qualsevol possible contaminació creuada, hem hagut d'unificar en ocasions els menús dels nins amb al·lèrgies. moltes gracies per la vostre comprensió. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO LLEGUM NI MONGETA VERDA

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4) AMANIDA: lletuga i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSA TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga juliana i indiots FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco) ARRÒS BASMATI FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA AMB CARN MAGRE DE POLLASTRE PEIX A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN DE BROU DE CARN I VERDURES RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA SENSE MONGETA VERDA NI PÈSOLS IYGURT (7)
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	FIDEUS SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURA TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3) AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSA POLLASTRE A LA PLANXA AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA IYGURT (7)	ARRÒS DE PEIX (4) SENSE PÈSOLS LLUÇ TORRAT (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer) INDIOT A LA PLANXA AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN DE BULLIT BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA SENSE MONGETA VERDA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PATATA AMB CARBASSA LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) IYGURT (7)	CREMA DE VERDURES DEL TEMPS SENSE MONGETA VERDA NI PÈSOLS PILOTES DE POLLASTRE (12) BULLIDES ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB INDIOT TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	PURÉ DE PATATA AMB PASTANAGA LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4) SENSE PÈSOLS TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALS DE TOMÀTIGA POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PATATA AMB CARBASSA LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord) IYGURT (7)	VICHYSOISE DE PORROS LLOM AMB SALS DE VERDURES ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I ORENGA TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, cogombre i formatge (7) FRUITA DEL TEMPS				

MARÇ 2025

NO LLEGUM NI MONGETA VERDA

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO LLEGUM (NI MONGETA VERDA)

En aquest menú totes es elaboracions que portin LLEGUM I MONGETA VERDA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. IES PASTES seràn sense GLUTEN, ja que la pasta que utilitzem porta traces de soja. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO PINYA NI KIWI

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)	CREMA DE CARBASSÓ	MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3,6,10)	SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3,6,10)
	LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4)	TRUITA FRANCESA (3)	INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)	PEIX ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA
	AMANIDA: lletuga i tomàtiga	AMANIDA: lletuga, brots de soja i permil dolç (6)	ARRÒS BASMATI	AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies	IOGURT (7)
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE CARN I VERDURA (1,3,6,10)	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE	CUINAT DE MONGETA BLANCA	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)
	TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)	LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)	"FAJITAS" DE POLLASTRE AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA (1)	LLUÇ TORRAT (4)	HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)
	AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres			AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7)	AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)	SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)	CREMA DE VERDURES DEL TEMPS	AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata
	CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,6,7,9)	BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA	LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba	TRUITA FRANCESA (3)
	AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies		AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	CÚSCÚS (1)	AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPIRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,6,4,10)	ESCUDELLA FRESCA	VICHYSOISE DE PORROS
	RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14)	TRUITA DE PATATA (3)	POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES	LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSAS DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)	LLOM AMB SALSAS DE VERDURES
	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives	AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i brots de soja (6)		ARRÒS INTEGRAL
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, permil dolç, bacó i nata) (1,3,6,7,10)				
	TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, cogombre i formatge (7) FRUITA DEL TEMPS				

MARÇ 2025

NO PINYA NI KIWI

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO PINYA NI KIWI

En aquest menú totes es elaboracions que PINYA O KIWI seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MARÇ 2025

NO LLENTIES NI CIURONS (MENÚ NO LLEGUM)

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS 3 DELICIES: pastanaga, indiots, pebre vermell</p> <p>LLUÇ A L'ESPATLLA AMB AII I JULIVERT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PURÉ DE CARBASSA</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga juliana i indiots</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ</p> <p>INDIOT AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA AMB CARN MAGRE DE POLLASTRE</p> <p>PEIX A LA PLANXA (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA SENSE GLUTEN DE BROU DE CARN I VERDURES</p> <p>RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURA I PATATA SENSE MONGETA VERDA NI PÈSOLS</p> <p>IOGURT (7)</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>FIDEUS SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURA</p> <p>TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: fulles de roure, tomàtiga i olives negres</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATA, CEBA I PEBRE BORD (4)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PURÉ DE CARBASSA</p> <p>POLLASTRE A LA PLANXA AMB PEBRE VERMELL, VERD I CEBA</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4) SENSE PÈSOLS</p> <p>LLUÇ TORRAT (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA</p> <p>HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, col lombarda i poma</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA SENSE GLUTEN DE BULLIT</p> <p>BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA SENSE MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PURÉ DE PATATA AMB CARBASSA</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS SENSE MONGETA VERDA NI PÈSOLS</p> <p>PILOTES DE POLLASTRE (12) BULLIDES</p> <p>ARRÒS BULLIT</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB INDIOT</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: tomàtiga, cogombre i pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>PURÉ DE PATATA AMB PASTANAGA</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4) SENSE PÈSOLS</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSA DE TOMÀTIGA</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AMB CEBA, POMA I PRUNES</p> <p>AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PURÉ DE PATATA AMB CARBASSA</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSA DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>VICHYSOISE DE PORROS</p> <p>LLOM AMB SALSA DE VERDURES</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 31				
DINAR	<p>PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I ORENGA</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, cogombre i formatge (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>				

MARÇ 2025

NO LLENTIES NI CIURONS (MENÚ NO LLEGUM)

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO LLENTIES NI CIURONS-

En aquest menú totes es elaboracions que portin LLEGUM I MONGETA VERDA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. Tot i que l'alèrgia només es trobi a les lleties i els ciurons, ens estimem més eliminar tota la llegum del menú. LES PASTES del menú seràn sense gluten ja que la pasta normal que utilitzem conté traces de soja. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes alèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.