




5		6		7		8		9	
ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)		CREMA DE CARABASSA I CROSTONS		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES		ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, ou bullit)		CIURONS SALTATS AMB SOFRIT, JULIVERT I PEBRE BORD	
CROQUETES DE PERNIL o D'ESPINACS		 TRUITA DE PATATA I CEBA		BACALLÀ AL FORN AMB ALLIOLI		MACARRONS INTEGRALS GRATINATS		SALSITXES DE PORC A LA PLANXA	
ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES		CUSCÚS SALTAT AMB AROMÀTIQUES		AMB SALSA DE TONYINA		PURÉ DE PATATES CASOLÀ	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA	
Suggeriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		Suggeriment de sopar: Crema de verdures amb crostons de pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà / Fruita	
12		13		14		15		16	
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUM		ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS I NOUS		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES		ARRÒS BROUÉS DE CARN	
OUS BULLITS		CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN		ESTOFAT DE VEDELLA AMB ARROS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, lloret, pastanaga, nàsclet)		 OUS ROMPUTS		PALOMETA ENFARINADA	
ENSALADA VARIADA AMB POMA I API		CEBA, POMA I PATATES		FRUITA DE TEMPORADA		PATATES FREGIDES		ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE CHEDDAR	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i fruita seca / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Llentia vermella amb pisto de verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Sopa minestrone amb crostons de pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Quesadillas variades / Fruita	
19		20		21		22		23	
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES		ENSALADA GREGA		SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES		CREMA DE PASTANAGA		NYOQUIS A LA NAPOLITANA	
 TRUITA DE PATATA I CEBA		PAELLA DE CARN I VERDURES		LLUÇ ENFARINAT		INDIOT AL CURRY		SALMÓ AL FORN	
ENSALADA VARIADA AMB SÈSAM				ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, ceba morada, alvocat, crostons)		ARRÒS BASMATI		MONGETES TENDRES I PASTANAGA	
FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA+	
Suggeriment de sopar: Sopa de brou de peix amb verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Crema de verdures i truita a la francesa / Fruita		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i remanat d'ou amb carabassa i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada amb quínoa i falàfel de ciurons / Fruita	
26		27		28		29		Festa escolar	
ESPIRALS AMB SALSA PESTO		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES					
OUS BULLITS		GALL ENFARINAT CASOLÀ		PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA					
PÈSOLS SALTATS AMB BACÓ		ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES		PATATES ROSTIDES					
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA					
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i llom amb pa torrat / Fruita		Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb bròquil / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada d'arròs / Fruita					



Es Liceu incorpora, en la mesura de les possibilitats, el PRODUCTE LOCAL i ECOLÒGIC. S'ofereix MENÚ VEGETARIÀ (amb ous i lactis) Tot plegat, una aposta per una educació alimentària saludable, de qualitat i respectuosa amb la sostenibilitat mediambiental i econòmica.

Els menús van acompanyats DIARIAMENT de PA MORENO i INTEGRAL. Tots els ARREBOSSATS es fan a l'escola amb farina de blat i ciurons, l'el·laboració és CASOLANA.

DECLARACIÓ D'AL·LÈRGENS: si necessitau informació sobre els al·lèrgens que conté el menú, la podeu sol·licitar a [cuina@esliceu.com](mailto:cuina@esliceu.com)

**Article 4. Requisits i criteris per a la programació dels menús escolars i la freqüència de consum setmanal**

	Grups d'Aliments	Freqüència Setmanal	Menú	OBSERVACIONS
1	ARRÒS	1	0-1-1-1-1	Complex
2	Incloure integrals	Incloure	0-0-0-0-1	Complex
3	PASTA	1	0-1-1-1-1	Complex
4	Incloure integrals	Incloure	0-1-1-0-0	Complex
5	LLEGUMS	1 a 2 (Mínim 6 al mes)	1-2-2-1-1	Complex
6	HORTALISSES - PATATA	1 a 2	2-1-1-2-0	Complex
7	CARN	1 a 3	1-1-2-2-1	Complex
8	Prioritzar carn blanca	Prioritzar	1-0-1-1-1	Complex
9	Preparats càrnis	Màxim 4 al mes	0-1-0-0-0	Complex
10	OUS	1 a 2	1-1-2-1-1	Complex
11	PEIX	1 a 3 (Mínim 6 al mes)	0-2-1-2-1	Complex
12	dels quals, Blau	Alternar	0-1-1-1-0	Complex
13	ENSALADES	3 a 4	1-3-3-3-1	Complex
14	ALTRES	1 a 2	1-2-2-2-2	Complex
15	FRUITA FRESCA DE TEMPORADA	4 a 5	2-5-5-5-3	Complex
16	YOGUR (<12,3g de sucre/ 100ml)	0 a 1	1-1-1-1-0	Complex
17	OLI PER CUINAR	Oli d'Oliva o Oli de Girasol Alt Oleic		Complex
18	OLI PER TREMPAR	Oli d'Oliva Verge o Oli d'Oliva Verge Extra		Complex
19	FRITURES	Màxim 2 a la setmana	1-2-2-2-2	Complex
20	PRE CUINATS	Màxim 3 al mes	0-1-0-0-0	Complex

**Article 5. Informació dels menús a les famílies**

Les persones responsables dels centres educatius han de proporcionar a les famílies, persones que exerceixen la tutela o responsables dels comensals, incloent-hi les persones amb necessitats especials (intoleràncies, al·lèrgies alimentàries o altres malalties que així ho exigeixin), la programació mensual dels menús de la manera més clara i detallada possible i les han d'orientar amb menús adequats perquè el sopar sigui complementari amb el menú del migdia.

La informació sobre els menús ha de ser accessible a persones amb qualsevol tipus de diversitat funcional, quan així es requereixi.

Així mateix, s'ha de posar a disposició de les famílies, persones que exerceixin la tutela o responsables dels comensals la informació dels productes utilitzats per a l'elaboració dels menús que sigui exigible per les normes sobre etiquetatge de productes alimentaris i per les normes sobre la informació a les persones consumidores.

**Article 16. Vigilància i control**

La documentació justificativa de la **valoració de la programació del menú per part de personal qualificat amb formació acreditada en nutrició humana i dietètica.**

**L'existència de fitxes tècniques dels menús, amb la mesura dels ingredients que els integren (volum i pes).**

Les persones responsables de l'oferta alimentària dels centres educatius, dels centres sanitaris i de les dependències administratives sanitàries han de tenir a disposició de la Direcció General de Salut Pública i Participació l'etiquetatge nutricional dels aliments envasats i/o la documentació necessària per saber els continguts nutricionals i els tipus d'aliments que s'ofereixen en els bars, cantines, quioscs o màquines expenedores ubicats en els seus recintes.

Els centres educatius, a través del consell escolar, **poden constituir una comissió de menjador a fi de fer el seguiment i la valoració del servei de menjador**, de conformitat amb el contingut d'aquest Decret.



1					2				
<b><u>NYOQUIS DE PATATA AMB SALS</u></b>					<b>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB LLEGUMS</b>				
<b><u>D'ALL, OLI, FORMATGE I TOMATIGÓ</u></b>					<b>OUS ROMPUTS</b>				
PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA					PATATES FREGIDES				
ENSALADA AMB TOMATIGA, PEBRE VERD, CEBA MORADA I OLVES					FRUITA DE TEMPORADA				
IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA					Suggeriment de sopar:				
Suggeriment de sopar:					Suggeriment de sopar:				
Espirals de llegums amb xampinyons i cuni / Fruita					Ensalada i pizza casolana / Fruita				
5		6		7		8		9	
ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sipia)		<b><u>CREMA DE CARABASSA</u></b>		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES		ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, ou bullit)		CIURONS SALTATS AMB SOFRIT, JULIVERT I PEBRE BORD	
<b><u>POLLASTRE A LA PLANXA</u></b>		TRUITA DE PATATA I CEBA		BACALLÀ AL FORN AMB ALLIOLI		MACARRONS INTEGRALS GRATINATS		SALSITXES DE PORC A LA PLANXA	
<b><u>ENSALADA VARIADA</u></b>		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES		CUSCÚS SALTAT AMB AROMÀTIQUES		AMB SALS DE TONYINA		PURÉ DE PATATES CASOLÀ	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita		Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		Crema de verdures amb crostons de pa / Fruita		Arròs amb verdures i pollastre / Fruita		Ensalada i quiche casolà / Fruita	
12		13		14		15		16	
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUM		<b><u>ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS</u></b>		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES		ARRÒS BROUÓS DE CARN	
OUS BULLITS		CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN		ESTOFAT DE VEDELLA		OUS ROMPUTS		PALOMETA ENFARINADA	
ENSALADA VARIADA AMB POMA I API		CEBA, POMA I PATATES		AMB ARROS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, lloer, pastanaga, nàscol)		PATATES FREGIDES		ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE CHEDDAR	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Arròs amb verdures i formatge / Fruita		Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita		Llèntia vermella amb pisto de verdures / Fruita		Sopa minestrone amb crostons de pa / Fruita		Quesadillas variades / Fruita	
19		20		21		22		23	
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES		ENSALADA GREGA		SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES		CREMA DE PASTANAGA		NYOQUIS A LA NAPOLITANA	
TRUITA DE PATATA I CEBA		PAELLA DE CARN I VERDURES		LLUÇ ENFARINAT		INDIOT AL CURRY		SALMÓ AL FORN	
<b><u>ENSALADA VARIADA</u></b>		FRUITA DE TEMPORADA		<b><u>ENSALADA PANZANELLA</u></b>		ARRÒS BASMATI		MONGETES TENDRES I PASTANAGA	
FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA		<b><u>(tomàtiga, ceba morada, alvocat)</u></b>		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA+	
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:	
Sopa de brou de peix amb verdures / Fruita		Crema de verdures i truita a la francesa / Fruita		Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		Ensalada variada i remanat d'ou amb carabassa i patata / Fruita		Ensalada variada amb quínoa i falàfel de ciurons / Fruita	
26		27		28		29			
<b><u>ESPIRALS AMB SALS D'ALL, OLI I FORMATGE</u></b>		ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀTIGA CASOLANA		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES					
OUS BULLITS		GALL ENFARINAT CASOLÀ		PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA					
PÈSOLS SALTATS AMB BACÓ		ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES		PATATES ROSTIDES					
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA					
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:					
Ensalada variada i lloç amb pa torrat / Fruita		Truita de patata i ceba amb bròquil / Fruita		Ensalada variada d'arròs / Fruita					

Festa escolar

Menú sense Fruita seca amb closca: Ametlla, Anacard, Avellana, Cacauet, Castanyes, Festucs, Nous, Pinyons, Llavors de Carabassa, Girasol, Llí, Sèsam

1					2				
<b><u>NYOQUIS DE PATATA AMB SALSA D'ALL, OLI, FORMATGE I TOMÀTIGÓ</u></b>					CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB LLEGUMS				
PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA					OUS ROMPUTS				
ENSALADA AMB TOMÀTIGA, PEBRE VERD, CEBA MORADA I OLIVES					PATATES FREGIDES				
IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA					FRUITA DE TEMPORADA				
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons i cuni / Fruita					Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita				
5		6		7		8		9	
<b><u>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA</u></b>		<b><u>CREMA DE CARABASSA</u></b>		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES		ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, ou bullit)		CIURONS SALTATS AMB SOFRIT, JULIVERT I PEBRE BORD	
<b><u>POLLASTRE A LA PLANXA</u></b>		TRUITA DE PATATA I CEBA		BACALLÀ AL FORN AMB ALLIOLI		MACARRONS INTEGRALS GRATINATS		SALSITXES DE PORC A LA PLANXA	
<b><u>ENSALADA VARIADA</u></b>		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES		CUSCÚS SALTAT AMB AROMÀTIQUES		AMB SALSA DE TONYINA		PURÉ DE PATATES CASOLÀ	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA	
Suggeriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		Suggeriment de sopar: Crema de verdures amb crostons de pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà / Fruita	
12		13		14		15		16	
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUM		<b><u>ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS</u></b>		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES		ARRÒS BROUÓS DE CARN	
OUS BULLITS		CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN		ESTOFAT DE VEDELLA		OUS ROMPUTS		PALOMETA ENFARINADA	
ENSALADA VARIADA AMB POMA I API		CEBA, POMA I PATATES		AMB ARROS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, lloer, pastanaga, nàscle)		PATATES FREGIDES		ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE CHEDDAR	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i formatge / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Llentia vermella amb pisto de verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Sopa minestrone amb crostons de pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Quesadillas variades / Fruita	
19		20		21		22		23	
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES		ENSALADA GREGA		SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES		CREMA DE PASTANAGA		NYOQUIS A LA NAPOLITANA	
TRUITA DE PATATA I CEBA		PAELLA DE CARN I VERDURES		LLUÇ ENFARINAT		INDIOT AL CURRY		SALMÓ AL FORN	
<b><u>ENSALADA VARIADA</u></b>				<b><u>ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, ceba morada, alvocat)</u></b>		ARRÒS BASMATI		MONGETES TENDRES I PASTANAGA	
FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA+	
Suggeriment de sopar: Sopa de brou de peix amb verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Crema de verdures i truita a la francesa / Fruita		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i remanat d'ou amb carabassa i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada amb quínoa i falàfel de ciurons / Fruita	
26		27		28		29			
<b><u>ESPIRALS AMB SALSA D'ALL, OLI I FORMATGE</u></b>		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES					
OUS BULLITS		GALL ENFARINAT CASOLÀ		PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA					
PÈSOLS SALTATS AMB BACÓ		ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES		PATATES ROSTIDES					
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA					
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i llom amb pa torrat / Fruita		Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb bròquil / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada d'arròs / Fruita					

Festa escolar

Menú sense Fruita seca amb closca: Ametlla, Anacard, Avellana, Cacauet, Castanyes, Festucs, Nous, Pinyons, Llavors de Carabassa, Girasol, Llí, Sèsam

					1	2
					<b><u>PASTA AMB SALSA D'ALL, OLI, FORMATGE I TOMÀTIGÓ</u></b> PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA ENSALADA AMB TOMÀTIGA, PEBRE VERD, CEBA MORADA I OLIVES IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB LLEGUMS OUS ROMPUTS PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA
5	6	7	8	9		
ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)  <b><u>POLLASTRE A LA PLANXA</u></b>  <b><u>ENSALADA VARIADA</u></b> FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>CREMA DE CARABASSA</u></b> TRUITA DE PATATA I CEBA ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES BACALLÀ AL FORN AMB ALLIOLI CUSCÚS SALTAT AMB AROMÀTIQUES FRUITA CÍTRICA	ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, ou bullit) MACARRONS INTEGRALS GRATINATS AMB SALSA DE TONYINA IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	CIURONS SALTATS AMB SOFRIT, JULIVERT I PEBRE BORD <b><u>SALSITXES DE PORC A LA PLANXA sense proteïna de soia</u></b> PURÉ DE PATATES CASOLÀ FRUITA CÍTRICA		
12	13	14	15	16		
<b><u>ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA (bacó sense proteïna de soia)</u></b> OUS BULLITS ENSALADA VARIADA AMB POMA I API FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUM CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN CEBA, POMA I PATATES FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS</u></b> ESTOFAT DE VEDELLA AMB ARROS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, llorer, pastanaga, nèscol) FRUITA DE TEMPORADA	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES OUS ROMPUTS PATATES FREGIDES FRUITA CÍTRICA	ARRÒS BROUÓS DE CARN PALOMETA ENFARINADA ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE CHEDDAR IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA		
19	20	21	22	23		
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES TRUITA DE PATATA I CEBA  <b><u>ENSALADA VARIADA</u></b> FRUITA CÍTRICA	ENSALADA GREGA PAELLA DE CARN I VERDURES FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES LLUÇ ENFARINAT  <b><u>ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, ceba morada, alvocat)</u></b> FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE PASTANAGA INDIOT AL CURRY ARRÒS BASMATI IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>PASTA A LA NAPOLITANA</u></b> SALMÓ AL FORN MONGETES TENDRES I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA+		
26	27	28	29			
<b><u>ESPIRALS AMB SALSA D'ALL, OLI I FORMATGE</u></b> OUS BULLITS  <b><u>PÈSOLS SALTATS AMB BACÓ (sense proteïna de soia)</u></b> FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA GALL ENFARINAT CASOLÀ ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES FRUITA DE TEMPORADA	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA PATATES ROSTIDES FRUITA CÍTRICA	Festa escolar			
Menú sense Fruita seca amb closca: Ametlla, Anacard, Avellana, Cacauet, Castanyes, Festucs, Nous, Pinyons, Llavors de Carabassa, Girasol, Llí, Sèsam						



					1	2
					<b><u>PASTA AMB SALSA D'ALL, OLI, FORMATGE I TOMATIGÓ</u></b> PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA ENSALADA AMB TOMATIGA, PEBRE VERD, CEBA MORADA I OIIVFS IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></b> OUS ROMPUTS PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA
5	6	7	8	9		
<b><u>ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia) (sense pèsols ni mongetes)</u></b>  <b><u>POLLASTRE A LA PLANXA</u></b>  <b><u>ENSALADA VARIADA</u></b> FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>CREMA DE CARABASSA</u></b>  TRUITA DE PATATA I CEBA  ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>CREMA DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u></b>  BACALLÀ AL FORN AMB ALLIOLI  CUSCÚS SALTAT AMB AROMÀTIQUES FRUITA CÍTRICA	ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, ou bullit)  MACARRONS INTEGRALS GRATINATS  AMB SALSA DE TONYINA IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>CREMA DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u></b>  <b><u>SALSITXES DE PORC A LA PLANXA sense proteïna de soia</u></b>  PURÉ DE PATATES CASOLÀ FRUITA CÍTRICA		
12	13	14	15	16		
<b><u>ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA (bacó sense proteïna de soia)</u></b>  OUS BULLITS  ENSALADA VARIADA AMB POMA I API FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>CREMA DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u></b>  CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN  CEBA, POMA I PATATES FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS</u></b>  <b><u>ESTOFAT DE VEDELLA</u></b>  <b><u>AMB ARRÒS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, lloret, pastanaga)</u></b> FRUITA DE TEMPORADA	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES  OUS ROMPUTS  PATATES FREGIDES FRUITA CÍTRICA	ARRÒS BROUÓS DE CARN  PALOMETA ENFARINADA  ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE CHEDDAR IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA		
19	20	21	22	23		
<b><u>CREMA DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u></b>  TRUITA DE PATATA I CEBA  <b><u>ENSALADA VARIADA</u></b> FRUITA CÍTRICA	ENSALADA GREGA  PAELLA DE CARN I VERDURES  (sense pèsols ni mongetes) FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES  LLUÇ ENFARINAT  <b><u>ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, ceba morada, alvocat)</u></b> FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE PASTANAGA  INDIOT AL CURRY  ARRÒS BASMATI IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>PASTA A LA NAPOLITANA</u></b>  SALMÓ AL FORN  <b><u>BRÒQUIL I PASTANAGA</u></b> FRUITA DE TEMPORADA+		
26	27	28	29			
<b><u>ESPIRALS AMB SALSA D'ALL, OLI I FORMATGE</u></b>  OUS BULLITS  <b><u>BRÒQUIL AMB BACÓ (sense proteïna de soia)</u></b> FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA  GALL ENFARINAT CASOLÀ  ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES FRUITA DE TEMPORADA	<b><u>CREMA DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u></b>  PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA  PATATES ROSTIDES FRUITA CÍTRICA	Festa escolar			
Menú sense Fruita seca amb closca: Ametlla, Anacard, Avellana, Cacauet, Castanyes, Festucs, Nous, Pinyons, Llavors de Carabassa, Girasol, Llí, Sèsam						

Menú Sense Gluten					febrer de 2024				
				1		2			
				<p><u>PASTA sense gluten AL PESTO AMB TOMATIGÓ</u></p> <p>PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA</p> <p>ENSALADA AMB TOMATIGA, PEBRE VERD, CEBA MORADA I OLIVES</p> <p>IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons i curi / Fruita</p>		<p><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></p> <p>OUS ROMPUTS</p> <p>PATATES FREGIDES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita</p>			
5		6		7		8		9	
<p>ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sipia)</p> <p><u>POLLASTRE A LA PLANXA</u></p> <p>ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita</p>		<p><u>CREMA DE CARABASSA</u></p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBA</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Quinoa amb verdures i ciurons saltats / Fruita</p>		<p><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></p> <p>BACALLÀ AL FORN AMB ALLIOLI</p> <p><u>ARRÒS SALTAT AMB AROMÀTIQUES</u></p> <p>FRUITA CÍTRICA</p> <p>Suggeriment de sopar: Crema de verdures amb crostons de pa / Fruita</p>		<p>ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, ou bullit)</p> <p><u>PASTA sense gluten GRATINADA</u></p> <p><u>AMB SALSA DE TONYINA</u></p> <p>IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre / Fruita</p>		<p>CIURONS SALTATS AMB SOFRIT, JULIVERT I PEBRE BORD</p> <p>SALSITXES DE PORC A LA PLANXA</p> <p><u>PURÉ DE PATATES CASOLÀ sense gluten</u></p> <p>FRUITA CÍTRICA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche casolà / Fruita</p>	
12		13		14		15		16	
<p><u>PASTA especial sense gluten A LA CARBONARA</u></p> <p>OUS BULLITS</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB POMA I API</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i fruita seca / Fruita</p>		<p><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></p> <p>CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN</p> <p>CEBA, POMA I PATATES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita</p>		<p>ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS I NOUS</p> <p>ESTOFAT DE VEDELLA AMB ARROS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, llorer, pastanaga, nèsols)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Llentia vermella amb pisto de verdures / Fruita</p>		<p>CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES</p> <p>OUS ROMPUTS</p> <p>PATATES FREGIDES</p> <p>FRUITA CÍTRICA</p> <p>Suggeriment de sopar: Sopa minestrone amb crostons de pa / Fruita</p>		<p>ARRÒS BROUÓS DE CARN</p> <p><u>PALOMETA AL FORN AMB PICADA</u></p> <p>ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE CHEDDAR</p> <p>IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Quesadillas variades / Fruita</p>	
19		20		21		22		23	
<p><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBA</p> <p>ENSALADA VARIADA AMB SÈSAM</p> <p>FRUITA CÍTRICA</p> <p>Suggeriment de sopar: Sopa de brou de peix amb verdures / Fruita</p>		<p>ENSALADA GREGA</p> <p>PAELLA DE CARN I VERDURES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Crema de verdures i truita a la francesa / Fruita</p>		<p><u>SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (pasta sense gluten)</u></p> <p><u>LLUÇ AL FORN</u></p> <p><u>ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, ceba morada, alvocat)</u></p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Quinoa amb verdures i ciurons saltats / Fruita</p>		<p>CREMA DE PASTANAGA</p> <p>INDIOT AL CURRY</p> <p>ARRÒS BASMATI</p> <p>IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i remanat d'ou amb carabassa i patata / Fruita</p>		<p><u>PASTA sense gluten A LA NAPOLITANA</u></p> <p>SALMÓ AL FORN</p> <p>MONGETES TENDRES I PASTANAGA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA+</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada amb quinoa i falàfel de ciurons / Fruita</p>	
26		27		28		29			
<p><u>PASTA sense gluten AMB SALSA PESTO</u></p> <p>OUS BULLITS</p> <p>PÈSOLS SALTATS AMB BACÓ</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i llom amb pa torrat / Fruita</p>		<p>ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA</p> <p><u>GALL AL FORN</u></p> <p>ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb bròquil / Fruita</p>		<p>CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES</p> <p><u>PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA</u></p> <p>PATATES ROSTIDES</p> <p>FRUITA CÍTRICA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada d'arròs / Fruita</p>					
Festa escolar									

Pasta, Mases de pizza, Derivats càrnis (embotits, salsitxes, hamburgueses, pilotes,...) Lactis, Fruita seca amb closca, Llegums, Espicis: Sense Gluten.



					1	2
					<b><u>PASTA sense gluten AMB SALSA D'ALL OLI AROMÀTIQUES</u></b> PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA ENSALADA AMB TOMATIGA, PEBRE VERD, CEBA MORADA I OLVES <b><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></b> Suggesteriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons i curi / Fruita	<b><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></b> OUS ROMPUTS PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
5	6	7	8	9		
ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sipia)  <b><u>POLLASTRE A LA PLANXA</u></b> ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita	<b><u>CREMA DE CARABASSA</u></b> TRUITA DE PATATA I CEBA ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Quinoa amb verdures i ciurons saltats / Fruita	<b><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></b> BACALLÀ AL FORN AMB ALLIOLI <b><u>ARRÒS SALTAT AMB AROMÀTIQUES</u></b> FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Crema de verdures amb crostons de pa / Fruita	ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, ou bullit)  <b><u>PASTA sense gluten</u></b> <b><u>AMB SALSA DE TONYINA</u></b> <b><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></b> Suggesteriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre / Fruita	CIURONS SALTATS AMB SOFRIT, JULIVERT I PEBRE BORD  <b><u>SALSITXES DE PORC A LA PLANXA sense proteïna de llet</u></b> <b><u>PURÉ DE PATATES CASOLÀ sense gluten</u></b> FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Ensalada i quiche casolà / Fruita		
12	13	14	15	16		
<b><u>PASTA especial sense gluten AMB SALSA A LA NAPOLITANA</u></b> OUS BULLITS ENSALADA VARIADA AMB POMA I API FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Arròs amb verdures i fruita seca / Fruita	<b><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></b> CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN CEBA, POMA I PATATES FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita	ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS I NOUS ESTOFAT DE VEDELLA AMB ARROS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, llorer, pastanaga, nèsols) FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Llentia vermella amb pisto de verdures / Fruita	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES OUS ROMPUTS PATATES FREGIDES FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Sopa minestrone amb crostons de pa / Fruita	ARRÒS BROUÓS DE CARN  <b><u>PALOMETA AL FORN AMB PICADA</u></b>  <b><u>ENSALADA VARIADA</u></b> <b><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></b> Suggesteriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita		
19	20	21	22	23		
<b><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u></b> TRUITA DE PATATA I CEBA ENSALADA VARIADA AMB SÈSAM FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Sopa de brou de peix amb verdures / Fruita	<b><u>ENSALADA DE TOMÀTIGA</u></b> PAELLA DE CARN I VERDURES FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Crema de verdures i truita a la francesa / Fruita	<b><u>SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (pasta sense gluten)</u></b> <b><u>LLUÇ AL FORN</u></b> <b><u>ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, ceba morada, alvocat)</u></b> FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Quinoa amb verdures i ciurons saltats / Fruita	CREMA DE PASTANAGA <b><u>INDIOT AL CURRY (sense lactis)</u></b> ARRÒS BASMATI <b><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></b> Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i remanat d'ou amb carabassa i patata / Fruita	<b><u>PASTA sense gluten A LA NAPOLITANA</u></b> SALMÓ AL FORN MONGETES TENDRES I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA+ Suggesteriment de sopar: Ensalada variada amb quinoa i falàfel de ciurons / Fruita		
26	27	28	29			
<b><u>PASTA sense gluten AMB SALSA D'ALL OLI AROMÀTIQUES</u></b> OUS BULLITS <b><u>PÈSOLS SALTATS AMB BACÓ sense proteïna de llet</u></b> FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i llim amb pa torrat / Fruita	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA  <b><u>GALL AL FORN</u></b> ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Truita de patata i ceba amb bròquil / Fruita	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES  <b><u>PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA</u></b> PATATES ROSTIDES FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Ensalada variada d'arròs / Fruita	Festa escolar			
Pasta, Mases de pizza, Derivats càrnis (embotits, salsitxes, hamburgueses, pilotes,...) Lactis, Fruita seca amb closca, Llegums, Espicis: Sense Gluten.						
Cremes de verdures, Puré de patata, Derivats càrnis (embotits, hamburguesa, salsitxes, pilotes): Sense proteïna de Llet ni Lactosa.						

1					2				
<b><u>NYOQUIS DE PATATA AMB SALSA D'ALL OLI AROMÀTIQUES</u></b> PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA ENSALADA AMB TOMATIGA, PEBRE VERD, CEBA MORADA I OLVES <b><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></b> Suggesteriment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons i curi / Fruita					CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB LLEGUMS  OUS ROMPUTS  PATATES FREGIDES  FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita				
5		6		7		8		9	
ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sipia)  <b><u>POLLASTRE A LA PLANXA</u></b>  ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita		CREMA DE CARABASSA I CROSTONS  TRUITA DE PATATA I CEBA  ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES  BACALLÀ AL FORN AMB ALLIOLI  CUSCÚS SALTAT AMB AROMÀTIQUES FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Crema de verdures amb crostons de pa / Fruita		ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, ou bullit)  <b><u>MACARRONS INTEGRALS</u></b>  <b><u>AMB SALSA DE TONYINA</u></b> <b><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></b> Suggesteriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre / Fruita		CIURONS SALTATS AMB SOFRIT, JULIVERT I PEBRE BORD  <b><u>SALSITXES DE PORC A LA PLANXA sense proteïna de llet</u></b>  <b><u>PURÉ DE PATATES CASOLÀ (sense lactis)</u></b> FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Ensalada i quiche casolà / Fruita	
12		13		14		15		16	
<b><u>ESPAGUETIS AMB SALSA A LA NAPOLITANA</u></b>  OUS BULLITS  ENSALADA VARIADA AMB POMA I API FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Arròs amb verdures i fruita seca / Fruita		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUM  CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN  CEBA, POMA I PATATES FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita		ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS I NOUS  ESTOFAT DE VEDELLA AMB ARROS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, llorer, pastanaga, nèsols) FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Llentia vermella amb pisto de verdures / Fruita		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES  OUS ROMPUTS  PATATES FREGIDES  FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Sopa minestrone amb crostons de pa / Fruita		ARRÒS BROUÓS DE CARN  PALOMETA ENFARINADA  <b><u>ENSALADA VARIADA</u></b> <b><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></b> Suggesteriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita	
19		20		21		22		23	
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES  TRUITA DE PATATA I CEBA  ENSALADA VARIADA AMB SÈSAM  FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Sopa de brou de peix amb verdures / Fruita		<b><u>ENSALADA DE TOMÀTIGA</u></b>  PAELLA DE CARN I VERDURES  FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Crema de verdures i truita a la francesa / Fruita		SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES  LLUÇ ENFARINAT  ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, ceba morada, alvocat, crostons) FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		CREMA DE PASTANAGA  <b><u>INDIOT AL CURRY (sense lactis)</u></b>  ARRÒS BASMATI  <b><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></b> Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i remanat d'ou amb carabassa i patata / Fruita		NYOQUIS A LA NAPOLITANA  SALMÓ AL FORN  MONGETES TENDRES I PASTANAGA  FRUITA DE TEMPORADA+ Suggesteriment de sopar: Ensalada variada amb quínoa i falàfel de ciurons / Fruita	
26		27		28		29			
<b><u>ESPIRALS AMB SALSA D'ALL OLI AROMÀTIQUES</u></b>  OUS BULLITS  <b><u>PÈSOLS SALTATS AMB BACÓ sense proteïna de llet</u></b> FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i llom amb pa torrat / Fruita		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA  GALL ENFARINAT CASOLÀ  ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES FRUITA DE TEMPORADA Suggesteriment de sopar: Truita de patata i ceba amb bròquil / Fruita		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES  PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA  PATATES ROSTIDES FRUITA CÍTRICA Suggesteriment de sopar: Ensalada variada d'arròs / Fruita		Festa escolar			
Cremes de verdures, Puré de patata, Derivats càrnis (embotits, hamburguesa, salsitxes, pilotes): Sense proteïna de Llet ni Lactosa.									

1					2				
<b>PASTA especial sense ou AL PESTO AMB TOMATIGÓ. (formatge sense ou)</b>  PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA ENSALADA AMB TOMATIGA, PEBRE VERD, CEBA MORADA I OLIVES IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Espirals de llegums amb xampinyons i cumí / Fruita					CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB LLEGUMS  <b>LLOM A LA PLANXA</b>  PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita				
5		6		7		8		9	
ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)  <b>POLLASTRE A LA PLANXA</b>		<b>CREMA DE CARABASSA</b>  <b>LLOM A LA PLANXA</b>		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES  <b>BACALLÀ AL FORN</b>		<b>ENSALADA CAMPERA (lletugues variades, tomàtiga, olives verdes, trossejades)</b>  <b>PASTA especial sense ou GRATINADA (formatge sense ou)</b>  <b>AMB SALSA DE TONYINA</b>		CIURONS SALTATS AMB SOFRIT, JULIVERT I PEBRE BORD  <b>SALSITXES DE PORC A LA PLANXA sense ou</b>  PURÉ DE PATATES CASOLÀ FRUITA CÍTRICA Suggestiment de sopar: Ensalada i coca de verdures / Fruita	
ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Bullit de patata i verdures amb llucet / Fruita		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		CUSCÚS SALTAT AMB AROMÀTIQUES FRUITA CÍTRICA Suggestiment de sopar: Crema de verdures amb crostons de pa / Fruita		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre / Fruita		FRUITA CÍTRICA Suggestiment de sopar: Ensalada i coca de verdures / Fruita	
12		13		14		15		16	
<b>PASTA especial sense ou A LA CARBONARA</b>  <b>LLOM A LA PLANXA</b>		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUM  CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN		ENSALADA VARIADA AMB ESPINACS I NOUS  ESTOFAT DE VEDELLA AMB ARROS I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, llorer, pastanaga, nàscol) FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Llentia vermella amb pisto de verdures / Fruita		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES  <b>POLLASTRE A LA PLANXA</b>		ARRÒS BROUÓS DE CARN  <b>PALOMETA AL FORN AMB PICADA</b>  <b>ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE CHEDDAR sense ou</b>	
ENSALADA VARIADA AMB POMA I API FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Arròs amb verdures i fruita seca / Fruita		CEBA, POMA I PATATES FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita		FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Llentia vermella amb pisto de verdures / Fruita		PATATES FREGIDES FRUITA CÍTRICA Suggestiment de sopar: Sopa minestrone amb crostons de pa / Fruita		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Quesadillas variades / Fruita	
19		20		21		22		23	
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES  <b>POLLASTRE A LA PLANXA</b>		ENSALADA GREGA  PAELLA DE CARN I VERDURES		<b>SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (pasta especial sense ou)</b>  <b>LLUÇ AL FORN</b>  ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, ceba morada, alvocat, crostons) FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		CREMA DE PASTANAGA  INDIOT AL CURRY  ARRÒS BASMATI		<b>PASTA especial sense ou A LA NAPOLITANA</b>  SALMÓ AL FORN  MONGETES TENDRES I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA+ Suggestiment de sopar: Ensalada variada amb quínoa i falàfel de ciurons / Fruita	
ENSALADA VARIADA AMB SÈSAM FRUITA CÍTRICA Suggestiment de sopar: Sopa de brou de peix amb verdures / Fruita		FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Crema de verdures i croquetes casolanes / Fruita		FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		IOGURT / FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Ensalada variada i tonyina amb carabassa i patata / Fruita		FRUITA DE TEMPORADA+ Suggestiment de sopar: Ensalada variada amb quínoa i falàfel de ciurons / Fruita	
26		27		28		29			
<b>PASTA especial sense ou AL PESTO (formatge sense ou)</b>  <b>LLOM A LA PLANXA</b>		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA  <b>GALL AL FORN</b>		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES  <b>PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA</b>					
PÈSOLS SALTATS AMB BACÓ FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Ensalada variada i llom amb pa torrat / Fruita		ENSALADA VARIADA MB OLIVES VERDES FRUITA DE TEMPORADA Suggestiment de sopar: Truita de patata i ceba amb farina de ciurons i bròquil / Fruita		PATATES ROSTIDES FRUITA CÍTRICA Suggestiment de sopar: Ensalada variada d'arròs / Fruita					

Festa escolar

Pasta especial sense traçes d'ou; Formatges sense ou; Embotits i Processats carnis sense ou.