

# MENÚ SETEMBRE 2024


<p><b>Dilluns 9</b></p> <p>Macarrons amb sofregit de tomàquet (1)</p> <p>Croquetes de pollastre amb pastanaga i olives (1)(2)(3)(4)(5)(6)(7)(8)(10)(11)(12)</p> <p>Meló</p>	<p><b>Dimarts 10</b></p> <p>Amanida de patata amb pastanaga, tomàquet i olives</p> <p>Truita de carbassó amb enciam (2)</p> <p>Sindria</p>	<p><b>Dimecres 11</b></p> <p><b>DIADA DE CATALUNYA</b></p>	<p><b>Dijous 12</b></p> <p>Arròs tres delícies</p> <p>Estofat de lleties</p> <p>logurt de fruites (3)</p>	<p><b>Divendres 13</b></p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Tall rodó de porc al forn amb salsa de verdures i tomàquet amanit (8)</p> <p>Poma</p>
<p><b>Dilluns 16</b></p> <p>Crema de verdures</p> <p>Truita de patates amb enciam i pastanaga (2)</p> <p>Poma</p>	<p><b>Dimarts 17</b></p> <p>Espaguetis a la napolitana (1)</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga i olives (7)</p> <p>Meló</p>	<p><b>Dimecres 18</b></p> <p>Estofat de cigrons</p> <p>Fideuà de peix (1)(5)(6)</p> <p>Pera</p>	<p><b>Dijous 19</b></p> <p>Arròs a la cassola (8)</p> <p>Hamburguesa de vedella i porc amb amanida de variat d'enciams i pastanaga (7)(8)(10)</p> <p>logurt (3)</p>	<p><b>Divendres 20</b></p> <p>Amanida de patata amb pastanaga, tomàquet i olives</p> <p>Peix fresc de la costa amb tomàquet amanit (1)(5)</p> <p>Plàtan</p>
<p><b>Dilluns 23</b></p> <p><b>LLIURE ELECCIÓ</b></p>	<p><b>Dimarts 24</b></p> <p><b>FESTA DE LA MERCÈ</b></p>	<p><b>Dimecres 25</b></p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet</p> <p>Estofat de lleties</p> <p>Sindria</p>	<p><b>Dijous 26</b></p> <p>Espirals amb pesto (alfàbrega, all i oli d'oliva) (1)</p> <p>Lluç al forn amb patata panadera i amb tomàquet amanit(5)</p> <p>logurt(3)</p>	<p><b>Divendres 27</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Pollastre al forn amb humus de cigrons (7)</p> <p>Poma</p>
<p><b>Dilluns 30</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara (1)(3)(8)</p> <p>Remenat d'ou i patata amb amanida de col llombarda i pastanaga (2)</p> <p>Meló</p>	<p><b>Dimarts 1</b></p>	<p><b>Dimecres 2</b></p>	<p><b>Dijous 3</b></p>	<p><b>Divendres 4</b></p>

PA: ELABORAT DE MANERA ARTESANAL I, UN COP A LA SETMANA, S'OFERIRÀ EL PA INTEGRAL DE CIVADA, ESPELTA, ORDÍ O SÈGOL AMB LLAVORS.  
L'ARRÒS I LA PASTA SÓN PRODUCTES INTEGRALS, DE PROXIMITAT I DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA. LA FRUITA I LA VERDURA SÓN PRODUCTES DE PROXIMITAT  
BERENARS: ENTREPANS VARIATS, EMBOTITS SENSE LACTOSA. UN COP PER SETMANA, FRUITA AMB PA  
*.Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar*




## ADAPTACIONS DELS MENÚS


- Pa sense gluten
- Pasta sense gluten
- Arrebossats sense glúten

Sense gluten 


- Truita substituïda per carn, pollastre o peix segons el menú

Sense ou 


- Iogurt substituït per fruita
- Salses sense llet

Sense llet 

- Plat sense fruits secs

Sense fruits secs 


- Peix substituït per carn, pollastre o ou segons el menú

Sense peix 


- Plat sense marisc

Sense marisc 


- Carn substituïda per ou, peix o proteïna vegetal segons el menú

Sense carn 


- Porc substituït per ou o peix segons el menú

Sense porc 

- Carn, pollastre, peix i ou substituïda per proteïna vegetal
- Sense llet
- Sense ou

Vegans 

- Plat sense sulfits

Sense Sulfits 

- Plat sense soja

Sense soja 

escola  
virolai