

MENÚ GENER 2025 13-14-15

		Dimecres 8 Macarrons a la napolitana (1) Estofat de llenties Poma Berenar: Pa amb plàtan(1)	Dijous 9 Crema de verdures Truita de patata amb pastanaga i remolatxa (2) Iogurt (3) Berenar: Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)	Divendres 10 Brou d'au i pasta (1)(7) Pollastre al forn amb salsa de poma i tomàquet amanit (7) Mandarines Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)
Dilluns 13 Arròs a la cassola (8) Truita de carbassó amb pastanaga i olives (2) Pera Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)	Dimarts 14 Verdura amb patata Canelons amb beixamel gratinats (1)(2)(3)(4)(5)(6)(7)(8)(10)(11) Poma Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)	Dimecres 15 Brou d'au i pasta (1)(7) Pollastre al forn amb tomàquet amanit (7) Mandarines Berenar: Pa amb plàtan(1)	Dijous 16 Espirals amb bolonyesa de proteïna vegetal (1)(11) Estofat de cigrons Iogurt (3) Berenar: Entrepà de gall dindi(1)(7)	Divendres 17 Crema de carbassa i llenties vermelles P/Traça (1) Bacallà al forn amb enciam i olives (5) Plàtan Berenar: Pa amb xocolata(1)(3)(4)
Dilluns 20 Espaguetis amb salsa de formatges (1)(3) Remenat d'ou i patata amb pastanaga i olives (2) Mandarines Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)	Dimarts 21 Verdura amb patata Fideuà de peix (1)(5)(6) Poma Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)	Dimecres 22 Brou d'au amb pasta (1)(7) Pollastre a la planxa amb enciam i olives (7) Pera Berenar: Pa amb plàtan(1)	Dijous 23 Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, taronja i olives Pastís de carn, tomàquet i patata amb formatge gratinat (3)(7)(8) Iogurt (3) Berenar: Entrepà de gall dindi(1)(7)	Divendres 24 Arròs tres delícies Estofat de mongeta seca Mandarines Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)
Dilluns 27 Verdura amb patata Estofat de llenties Poma Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)	Dimarts 28 Macarrons amb pesto (alfàbrega, all i oli d'oliva) (1) Truita de patata amb pastanaga i remolatxa (2) Kiwi Berenar: Entrepà de gall dindi(1)(7)	Dimecres 29 Arròs amb sofregit de tomàquet Peix fresc de la costa amb enciam i olives (1) (5) Iogurt (3) Berenar: Pa amb plàtan(1)	Dijous 30 Brou d'au i pasta (1)(7) Estofat de gall dindi (7) Mandarines Berenar: Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)	Divendres 31 Crema de carbassó Mandonguilles de proteïna vegetal amb salsa de tomàquet (1)(11). P/Traça (2)(3)(4)(5) Pera Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)

PA: ELABORAT DE MANERA ARTESANAL I, UN COP A LA SETMANA, S'OFERIRÀ EL PA INTEGRAL
 L'ARRÒS I LA PASTA SÓN PRODUCTES INTEGRALS, DE PROXIMITAT I DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA. LA FRUITA I LA VERDURA SÓN PRODUCTES DE PROXIMITAT
 ELS IOGURTS SÓN DE LA FAGEDA SENSE SUCRE
[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