





# MENÚ OCTUBRE 2024

	<b>Dimarts 1</b> Crema de verdures amb rostes (1).P/Traça(4)  Pollastre a la planxa amb enciam i olives (7)  Plàtan	<b>Dimecres 2</b> Mongeta seca estofada  Tall rodó de porc al forn amb salsa de verdures i tomàquet amanit (8)  Meló	<b>Dijous 3</b> Arròs amb sofregit de tomàquet  Bacallà al forn amb orenga i pastanaga i olives (5)  logurt de fruites (3)	<b>Divendres 4</b> Verdura amb patata  Estofat de lleties  Pera
<b>Dilluns 7</b> Espirals amb salsa de formatges (1)(3)  Remenat d'ou i patata amb pastanaga i olives (2)  Poma	<b>Dimarts 8</b> Verdura amb patata  Pollastre al forn amb enciam i remolatxa ratllada (8)  Síndria	<b>Dimecres 9</b> Estofat de cigrons  Peix fresc de la costa amb pastanaga i tomàquet amanit (1)(5)  Mandarina	<b>Dijous 10</b> Amanida d'arròs amb tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives  Fricandó de vedella (1)(7)  logurt (3)	<b>Divendres 11</b> Brou d'au i pasta (1)(7)  Mandonguilles vegetals amb sofregit de tomàquet (11)  Pera
<b>Dilluns 14</b> Minestra de verdures  Truita de patates amb tomàquet amanit i olives (2)  Poma	<b>Dimarts 15</b> Espaguetis amb sofregit de tomàquet (1)  Estofat de lleties  Mandarina	<b>Dimecres 16</b> Arròs tres delícies  Pollastre al forn amb salsa de poma (7)  Pera	<b>Dijous 17</b> Crema de carbassó  Botifarra al forn amb saltat de mongetes seques i amb enciam i pastanaga (8)  logurt (3)	<b>Divendres 18</b> Fideus a la cassola (1)(8)  Calamar a l'andalusa amb col llombarda i remolatxa (1)(6)  Plàtan
<b>Dilluns 21</b> Espaguetis amb pesto (alfàbrega, all i oli d'oliva) (1)  Remenat d'ou i patata amb pastanaga i olives (2) Mandarines	<b>Dimarts 22</b> Crema de verdures  Pollastre al forn a la taronja (7)  Poma	<b>Dimecres 23</b> Patata amb sèpia (6)  Llom arrebossat amb tomàquet amanit (1)(8)  Kiwi	<b>Dijous 24</b> Arròs amb saltat d'alls i xampinyons  Peix fresc de la costa amb enciam i pastanaga(1)(5)  logurt (3)	<b>Divendres 25</b> Verdura amb patata  Macarrons amb bolonyesa vegetal (1)(11)  Pera
<b>Dilluns 28</b> Fideuà de peix (1)(5)(6)  Croquetes de bacallà amb pastanaga i col llombarda laminada (1)(5)(3) P/Traça (2)(4)(6)(11) Mandarines	<b>Dimarts 29</b> Arròs a la milanesa (8)  Truita de carbassó amb enciam i pastanaga (2)  Poma	<b>Dimecres 30 - CASTANYADA</b> Crema de carbassa i moniato  Pollastre al forn amb patates fregides (7)  Síndria		


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  
 BERENARS: ENTREPANS VARIATS, EMBOTITS SENSE LACTOSA. UN COP PER SETMANA, FRUITA AMB PA  
[. Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar](#)




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

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