

MENÚ OCTUBRE 2024 Triturats

	Dimarts 1 Puré de verdures i pollastre	Dimecres 2 Puré de verdures i gall d'indi	Dijous 3 Puré de verdures i lluç	Divendres 4 Puré de verdures i vedella
Dilluns 7 Puré de verdures i gall d'indi	Dimarts 8 Puré de verdures i pollastre	Dimecres 9 Puré de verdures i lluç	Dijous 10 Puré de verdures i vedella	Divendres 11 Puré de verdures i lluç
Dilluns 14 Puré de verdures i pollastre	Dimarts 15 Puré de verdures i gall d'indi	Dimecres 16 Puré de verdures i pollastre	Dijous 17 Puré de verdures i vedella	Divendres 18 Puré de verdures i lluç
Dilluns 21 Puré de verdures i gall d'indi	Dimarts 22 Puré de verdures i pollastre	Dimecres 23 Puré de verdures i vedella	Dijous 24 Puré de verdures i lluç	Divendres 25 Puré de verdures i gall d'indi
Dilluns 28 Puré de verdures i lluç	Dimarts 29 Puré de verdures i vedella	Dimecres 30 - CASTANYADA Puré de verdures i pollastre		

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
 ELS BERENARS: TRITURAT DE FRUITES SEGONS LA INTRODUCCIÓ ESPECÍFICA DE CADA INFANT
[Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar](#)


Gluten
1


Ous
2


Llet
3


Fruits secs
4


Peix
5


Mol-lusc
6


Carn
7


Porc
8



Vegà
9


Sulfits
10



Soja
11

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
REINA ELISENDA
virolai