

MENÚ NOVEMBRE 2024 13-14-15

<p>Dilluns 4</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet</p> <p>Remenat d'ou i patata amb enciam, pastanaga i olives (2)</p> <p>Poma</p> <p>Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p>Dimarts 5</p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Lluç arrebossat amb enciam i olives(1)(5)</p> <p>Meló</p> <p>Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)</p>	<p>Dimecres 6</p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Tall rodó de porc al forn amb salsa de verdures i xampinyons (8)</p> <p>Mandarines</p> <p>Berenar: Pa amb plàtan(1)</p>	<p>Dijous 7</p> <p>Espaguetis a la carbonara (1)(3)(8)</p> <p>Estofat de lleties</p> <p>logurt (3)</p> <p>Berenar: Entrepà de gall dindi(1)(7)</p>	<p>Divendres 8</p> <p>Crema de porros</p> <p>Pollastre al forn amb tomàquet amanit i col llombarda (7)</p> <p>Pera</p> <p>Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)</p>
<p>Dilluns 11</p> <p>Arròs amb saltat d'alls i xampinyons</p> <p>Truita de patates amb tomàquet amanit (2)</p> <p>Poma</p> <p>Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)</p>	<p>Dimarts 12</p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Estofat de cigrons</p> <p>Mandarines</p> <p>Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p>Dimecres 13</p> <p>Cuscús amb sofregit de tomàquet(1)</p> <p>Gall dindi estofat (7)</p> <p>Pera</p> <p>Berenar: Pa amb plàtan(1)</p>	<p>Dijous 14</p> <p>Crema de verdures</p> <p>Pastís de carn, tomàquet i patata amb formatge gratinat (3)(7)(8)</p> <p>logurt (3)</p> <p>Berenar: Entrepà de gall dindi(1)(7)</p>	<p>Divendres 15</p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Bacallà al forn pastanaga ratllada i olives (5)</p> <p>Plàtan</p> <p>Berenar: Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)</p>
<p>Dilluns 18</p> <p>Macarrons amb salsa de formatges (1)(3)</p> <p>Estofat de lleties</p> <p>Mandarines</p> <p>Berenar: Entrepà de gall dindi(1)(7)</p>	<p>Dimarts 19</p> <p>Crema de carbassa, moniato i lleties vermelles</p> <p>Pollastre al forn amb salsa de taronja (7)</p> <p>Kiwi</p> <p>Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p>Dimecres 20</p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Truita de carbassó amb enciam i remolatxa ratllada (2)</p> <p>Poma</p> <p>Berenar: Pa amb plàtan(1)</p>	<p>Dijous 21</p> <p>Arròs a la cassola (8)</p> <p>Salmó al forn amb pastanaga ratllada(5)</p> <p>logurt(3)</p> <p>Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)</p>	<p>Divendres 22</p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Fideuà de peix (1)(5)(6)</p> <p>Pera</p> <p>Berenar: Pa amb xocolata(1)(3)(4)</p>
<p>Dilluns 25</p> <p>Arròs tres delícies</p> <p>Remenat d'ou i patata amb enciam i olives (2)</p> <p>Pera</p> <p>Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p>Dimarts 26</p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Estofat de mongeta seca</p> <p>Poma</p> <p>Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)</p>	<p>Dimecres 27</p> <p>Espirals amb sofregit de tomàquet (1)</p> <p>Peix fresc de la costa amb pastanaga ratllada (1)(5)</p> <p>Mandarines</p> <p>Berenar: Pa amb plàtan(1)</p>	<p>Dijous 28</p> <p>Estofat de lleties</p> <p>Mandonguilles amb salsa de remolatxa (7)(8)</p> <p>logurt(3)</p> <p>Berenar: Entrepà de gall dindi(1)(7)</p>	<p>Divendres 29</p> <p>Crema de verdures</p> <p>Pollastre al forn amb herbes provençals i tomàquet amanit</p> <p>Mandarines</p> <p>Berenar: Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)</p>

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](#)


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
virolai