

MENÚ NOVEMBRE 2024

<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>Dimarts 5</p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Lluç arrebossat amb enciam i olives(1)(5)</p> <p>Síndria</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>Dijous 7</p> <p>Espaguetis a la carbonara (1)(3)(8)</p> <p>Estofat de llenties</p> <p>logurt (3)</p>	<p>Divendres 8</p> <p>Crema de porros</p> <p>Pollastre al forn amb tomàquet amanit i col lombarda (7)</p> <p>Pera</p>
<p>Dilluns 11</p> <p>Arròs amb saltat d'allis i xampinyons</p> <p>Truita de patates amb tomàquet amanit (2)</p> <p>Poma</p>	<p>Dimarts 12</p> <p>Cuscús amb sofregit de tomàquet(1)</p> <p>Estofat de cigrons</p> <p>Mandarines</p>	<p>Dimecres 13</p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Hamburguesa al forn amb enciam i pastanaga ratllada (7)(8)</p> <p>Pera</p>	<p>Dijous 14</p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Gall d'indi estofat (7)</p> <p>logurt (3)</p>	<p>Divendres 15</p> <p>Crema de verdures</p> <p>Bacallà al forn amb pastanaga ratllada i olives (5)</p> <p>Plàtan</p>
<p>Dilluns 18</p> <p>Macarrons amb salsa de formatges (1)(3)</p> <p>Estofat de llenties</p> <p>Mandarines</p>	<p>Dimarts 19</p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Pollastre al forn amb salsa de taronja (7)</p> <p>Kiwi</p>	<p>Dimecres 20</p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Truita de carbassó amb enciam i remolatxa ratllada (2)</p> <p>Poma</p>	<p>Dijous 21</p> <p>Arròs a la cassola (8)</p> <p>Salmó al forn amb pastanaga ratllada(5)</p> <p>logurt fruites(3)</p>	<p>Divendres 22</p> <p>Crema de carbassa, moniato i llenties vermelles</p> <p>Fideuà de peix (1)(5)(6)</p> <p>Pera</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>Dimarts 26</p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Estofat de mongeta seca</p> <p>Poma</p>	<p>Dimecres 27</p> <p>Espirals amb sofregit de tomàquet (1)</p> <p>Lluç al forn amb pastanaga ratllada(5)</p> <p>Mandarines</p>	<p>Dijous 28</p> <p>Estofat de llenties</p> <p>Mandonguilles amb salsa de remolatxa (7)(8)</p> <p>logurt(3)</p>	<p>Divendres 29</p> <p>Crema de verdures</p> <p>Pollastre al forn amb herbes provençals i tomàquet amanit (7)</p> <p>Mandarines</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
 BERENARS: ENTREPANS VARIATS, EMBOTITS SENSE LACTOSA. UN COP PER SETMANA, FRUITA AMB PA.
[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