

				DIVENDRES	1
				Fideus a la cassola (1,2,3,4,9,14)	
				Filet de lluç a la planxa (4) amb maionesa casolana (7)	
				Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies	
				Iogurt (7)	
				Proposta de sopar	
				Ous a la planxa amb patates fregides casolanes i ensalada de tomàtiga	
				Fruita	
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6
Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspatxo casolà	Crema de ciurons o Ciurons amb trempó	Estofat d'indiot Estofat de pollastre	Filet de lluç a la planxa (4) amb maionesa casolana (7)	Canelons de pollastre i porc (1,2,3,4,6,7,9,14)	Cuinat (7) o Crema de lleties
Ous remenats amb cuixot dolç (3,7)	Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)		Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives	Filet de lluç a la planxa (4) amb maionesa casolana (7)	Truita de patates o Truita d'espínacs (3)
Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives			Iogurt (7)	Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies	
Fruita	Fruita			Fruita	
Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar
Bullit de rap (amb patata, mongetes tendres, pastanaga i bròquil)	Ensalada de quinoa amb ou bullit	Conill al forn amb verdures acompanyat d'arròs bullit	Tumbet de llampuga	Paella mixta (2,3,4,9,14) o Paella de verdures	Pitrera de pollastre amb salsa de ceba (2,3,4,7,9,14)
Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13
Arròs de brou (2,3,4,9,14)	FESTIU		Crema de mongetes o Mongetes amb trempó	Espaguetis a la carbonara (1,2,3,4,6,7,9)	Crema de carabassó
Filet de llenguado orly (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12)			Ous bullits gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (3,7)	Filet de lluç a la planxa (4) amb maionesa casolana (7)	Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7)
Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives			Patates al vapor	Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya	Ensalada de lletuga i tomàtiga
Fruita			Iogurt (7)	Fruita	Fruita
Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar
Fajitas de pollastre amb ceba, pebre vermell, pebre verd, pebre groc i alvocat	Salmó al papillot amb verdures acompanyat d'arròs bullit	Hamburguesa de soja texturitzada acompanyada d'ensalada de tomàtiga Pa d'hamburguesa	Tires de calamar a la planxa amb picada d'all i julivert acompanyades de verdures bullides i moniato		
Fruita	Fruita	Fruita	Fruita		
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20
Cuinat (7) o Crema de ciurons	Crema de verdures amb crostons al forn (1,6,7,8,11)	Macarrons saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures	Arròs de brou de peix i marisc (2,3,4,6,9,12,14)	Sopa de cuinat (1,2,3,4,9,14) o Sopes mallorquines (1)	
Ous remenats amb cuixot dolç (3,7)	Filet de llenguado a la mallorquina (4,8)	Pitrera de pollastre a la planxa	Truita de patata i carabassó o Truita d'espínacs (3)	Filet de llom arrebossat (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)	
Ensalada de lletuga i trempó	Patates al vapor	Raoles de pollastre (1,3,5,6,7,8,11)	Ensalada de lletuga, pastanaga i olives	Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba	
Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Iogurt (7)	
Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	
Albergínies fàrcides de vedella amb salsa de tomàtiga i pebres acompanyades d'arròs bullit	Sopa minestrone	Pa amb oli amb formatge	Salmó a la planxa acompanyat de cuscús amb verdures	Tumbet amb ou bullit	
Fruita	Gambes al forn	Hummus de ciurons amb cruditès de pastanaga i cogombre	Fruita	Fruita	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27
Arròs blanc (2,3,4,9,14) amb salsa de tomàtiga i ou bullit (3)	Cuinat (7) o Crema de lleties	Lassanya casolana de pollastre i porc (1,2,3,4,6,7,9,14)	Crema de verdures	Ciurons amb trempó	
Croquetes de pollastre i tires de calamar arrebossat (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)	Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)	Filet de lluç a la planxa (4) amb maionesa casolana (7)	Pilotes casolanes amb verdures (1,2,3,4,5,6,7,8,9,11,14)	Crema de ciurons	
Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4)	Tumbet	Ensalada de lletuga, tomàtiga cherry i cogombre o Minestra de verdures	Arròs pilaf (2,3,4,7,9,14)	Aguiat de sípia amb ceba (14)	
Fruita	Fruita	Iogurt (7)	Fruita	Raoles de sípia i lluç (1,2,3,4,5,6,7,8,11,14)	
Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	
Bacallà al forn amb verdures i moniato	Crema de carabassa	Sopa d'arròs amb verdures	Ous al forn amb carabassó i patata	Ensalada variada	
Fruita	Costelles d'indiot a la planxa	Contracuixa de pollastre a la planxa	Fruita	Pizza casolana de formatge i cuixot dolç	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27
Arròs blanc (2,3,4,9,14) amb salsa de tomàtiga i ou bullit (3)	Cuinat (7) o Crema de lleties	Lassanya casolana de pollastre i porc (1,2,3,4,6,7,9,14)	Crema de verdures	Ciurons amb trempó	
Croquetes de pollastre i tires de calamar arrebossat (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)	Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)	Filet de lluç a la planxa (4) amb maionesa casolana (7)	Pilotes casolanes amb verdures (1,2,3,4,5,6,7,8,9,11,14)	Crema de ciurons	
Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4)	Tumbet	Ensalada de lletuga, tomàtiga cherry i cogombre o Minestra de verdures	Arròs pilaf (2,3,4,7,9,14)	Aguiat de sípia amb ceba (14)	
Fruita	Fruita	Iogurt (7)	Fruita	Raoles de sípia i lluç (1,2,3,4,5,6,7,8,11,14)	
Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	Proposta de sopar	
Bacallà al forn amb verdures i moniato	Crema de carabassa	Sopa d'arròs amb verdures	Ous al forn amb carabassó i patata	Ensalada variada	
Fruita	Costelles d'indiot a la planxa	Contracuixa de pollastre a la planxa	Fruita	Pizza casolana de formatge i cuixot dolç	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL- LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn són d'elaboració casolana.

*Els menús s'adaptaran a les necessitats especials per al·lèrgies i/o intoleràncies sempre que es presenti prescripció i informe mèdic.

*Els menús baixos en sal seran iguals al menú general, però elaborats sense sal.

*Els menús: no mongetes, ni pèsols ni mongeta blanca ni derivats, així com el menú no pinya, no fulles verdes crues, no poma, no musclos, no rap, el menú no kiwi, el menú no plàtan, el menú no tomàtiga i el menú no ensalada (no lletuga), menjaran el mateix menú sense la presència dels aliments anomenats.

*Els menús dels que no mengen porc seran iguals evitant el porc en les seves elaboracions. En el seu lloc es disposarà de pollastre, indiot, peix o ou. Hi ha un cas que no tindrà aliments astringents.

*El menú astringent serà el mateix. Elaborat amb aliments astringents i amb coccions de bullit, forn i planxa.

*El menú que només pot consumir de fruita plàtan, síndria, meló i pinya tindrà el mateix menú, i de postre menjaran només aquestes variants de fruita.

*El menú baix en greix tindrà el mateix menú sense salses ni arrebossats. Elaborat amb coccions de bullit, forn i planxa.

*El menú fàcil mastegar tindrà el mateix menú tenint en compte la seva dificultat per a mastegar (preparacions tendres).

*Hi ha un menú al qual no se li donarà llet crua.



				VIERNES	1
				Fideos a la cazuela (1,2,3,4,9,14)	
				Filete de merluza a la plancha (4) con mayonesa casera (7)	
				Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz	
				Yogur (7)	
				Propuesta de cena	
				Huevos a la plancha con patatas fritas caseras y ensalada de tomate	
				Fruta	
LUNES	4	MARTES	5	MIÉRCOLES	6
Patatas al vapor con zanahoria y atún (4) o Gazpacho casero	Crema de garbanzos o garbanzos con trempó	Estofado de pavo Estofado de pollo	Canelones de pollo y cerdo (1,2,3,4,6,7,9,14)	Filete de merluza a la plancha (4) con mayonesa casera (7)	Potaje (7) o Crema de lentejas
Huevos revueltos con jamón york (3,7)	Patatas fritas (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)	Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas	Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas	Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas	Tortilla de patatas o Tortilla de espinacas (3)
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur (7)	Fruta	Fruta
Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena
Bullit de rape (con patata, judías tiernas, zanahoria y brócoli)	Ensalada de quinoa con huevo hervido	Conejo al horno con verduras acompañado de arroz hervido	Tumbet de llampuga	Ensalada variada	Ensalada variada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES	11	MARTES	12	MIÉRCOLES	13
Arroz caldoso (2,3,4,9,14)	FESTIVO		Crema de alubias o Alubias con trempó	Espaguetis a la carbonara (1,2,3,4,6,7,9)	Crema de calabacín
Filete de lenguado orly (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)			Huevos cocidos gratinados con salsa de tomate y queso (3,7)	Filete de merluza a la plancha (4) con mayonesa casera (7)	Pizza de jamón york y queso (1,7)
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas			Patatas al vapor	Ensalada de lechuga, zanahoria y piña	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta	Fruta	Yogur (7)	Fruta	Fruta	
Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena
Fajitas de pollo con cebolla, pimiento verde, rojo y amarillo y aguacate	Salmón al papillot con verduras acompañado de arroz hervido	Hamburguesa de soja texturizada acompañada de ensalada de tomate	Pan de hamburguesa	Tiras de calamar a la plancha con picadillo acompañadas de verduras hervidas y boniato	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
LUNES	18	MARTES	19	MIÉRCOLES	20
Potaje (7) o Crema de garbanzos	Crema de verduras con crostones al horno (1,5,6,7,8,11)	Macarrones salteados (1,3) con jamón york y verduras	Arroz caldoso de pescado y marisco (2,3,4,6,9,12,14)	Sopa de cocido (1,2,3,4,9,14) o Sopas mallorquinas (1)	
Huevos revueltos con jamón york (3,7)	Filete de lenguado a la mallorquina (4,8)	Pechuga de pollo a la plancha	Tortilla de patatas y calabacín o Tortilla de espinacas (3)	Filete de lomo empanado (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)	
Ensalada de lechuga y trempó	Patatas al vapor	Raolas de pollo (1,3,5,6,7,8,11)	Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas	Ensalada de lechuga, tomate, pepino y cebolla	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur (7)	
Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	
Berenjenas rellenas de ternera con salsa de tomate y pimientos acompañadas de arroz hervido	Sopa minestrone	Pa amb oli de queso	Salmón a la plancha acompañado de cuscús con verduras	Tumbet con huevo hervido	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
LUNES	25	MARTES	26	MIÉRCOLES	27
Arroz blanco (2,3,4,9,14) con salsa de tomate y huevo cocido (3)	Potaje (7) o Crema de lentejas	Lasaña casera de pollo y cerdo (1,2,3,4,6,7,9,14)	Crema de verduras	Garbanzos con trempó	
Croquetas de pollo y rabas de calamar (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)	Huevos cocidos (3) con salsa de tomate	Filete de merluza (4) a la plancha con mayonesa casera (7)	Albóndigas caseras con verduras (1,2,3,4,5,6,7,8,9,11,14)	Crema de garbanzos	
Ensalada de lechuga, piña y atún (4)	Tumbet	Ensalada de lechuga, tomate cherry y pepino o Menestra de verduras	Arroz pilaf (2,3,4,7,9,14)	Guiso de sepia con cebolla (14)	
Fruta	Fruta	Yogur (7)	Fruta	Raolas de sepia y merluza (1,2,3,4,5,6,7,8,11,14)	
Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	Propuesta de cena	
Bacalao al horno con verduras y boniato	Crema de calabaza	Sopa de arroz con verduras	Huevos al horno con calabacín y patata	Ensalada variada	
Fruta	Chuletas de pavo a la plancha	Contramuslo de pollo a la plancha	Fruta	Pizza casera de queso y jamón york	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	

Información complementaria:

Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor. 14 ALÉRGENOS numerados del 1 al 14



En el menú se añadirá agua para beber y pan (3 días a la semana integral).

Los caldos de verduras, de pescado y de carne son de elaboración casera.

*Los menús se adaptarán a las necesidades especiales para alergias y/o intolerancias siempre que se presente prescripción e informe médico.

*Los menús bajos en sal serán igual al menú general, pero elaborados sin sal.

*Los menús: no judías, ni guisantes ni judía blanca ni derivados, así como el menú no piña, no hojas verdes crudas, no manzana, no moluscos, no rape, el menú no kiwi, el menú no plátano, el menú no tomate y el menú no ensalada (no lechuga) comerán el mismo menú sin la presencia de los alimentos nombrados.

*Los menús que no comen cerdo serán iguales evitando el cerdo en sus elaboraciones. En su lugar se dispondrá de pollo, pavo, pescado o huevo. Hay un caso que no tendrá alimentos astringentes.

*El menú astringente será el mismo. Elaborado con alimentos astringentes y con cocciones de hervido, horno y plancha.

* El menú que sólo puede consumir de fruta plátano, sandía, melón y piña tendrá el mismo menú, y de postre comerán sólo estas variedades de frutas.

* El menú bajo en grasa tendrá el mismo menú sin salsas ni rebozados. Elaborado con cocciones de hervido, horno y plancha.

* El menú fácil masticación tendrá el mismo menú teniendo en cuenta su dificultad para masticar (preparaciones tiernas).

* Hay un menú al cual no se le dará leche cruda.

				DIVENDRES	1
				Fideus a la cassola (1,3) (2,9R: 145g de patata cuita + 0,5R: 100g de verdura) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Iogurt (7) (0,6R)	
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6
Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) (3R: 150g de patata) Ous remenats amb cuixot dolç (3,7) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Crema de ciurons o Ciurons amb trempó (1R: 50g de ciurons cuits + 0,5R: 100g de verdura) Estofat d'indiot (0,5R: 100g de verdura) 😊 Estofat de pollastre Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12) (1R: 30g de patata fregida) Fruita (1R)	Canelons de pollastre i porc (1,2,3,4,6,7,9,14) (2,9R: 275g de canelons "pasta + beixamel" + 0,5R: 100g de verdura) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Iogurt (7) (0,6R)	Cuiinat o Crema de lleties (2R: 100g de lleties cuites + 1R: 200g de verdura) Truita d'espinaçs (3) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Paella mixta (2,3,4,9,14) (2R: 80g d'arròs bullit + 0,5R: 100g de verdura) Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba Patates al vapor amb verdures (0,5R: 25g de patata al vapor) Fruita (1R)	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13
Arròs de brou (3R: 120g d'arròs integral bullit) Filet de llenguado a la planxa (4) Ensalada adaptada Fruita (1R)	FESTIU		Crema de mongetes o Mongetes amb trempó (1R: 50g de mongetes cuites + 0,5R: 100g de verdura) Ous bullits gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (3,7) (0,5R: 100g de verdura) Patates al vapor (1,4R: 70g de patata al vapor) Iogurt (7) (0,6R)	Espaguetis integrals a la carbonara (1,2,3,4,6,7,9) (2,5R: 125g de pasta integral cuita + 0,5R: 3 cullerades de salsa carbonara) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Crema de carabassó (1R: 200-250g de verdura) Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7) (2R: aproximadament 80g de pizza) Ensalada adaptada Fruita (1R)
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20
Cuiinat o Crema de ciurons (2R: 100g de ciurons cuits + 1R: 200g de verdura) Ous remenats amb cuixot dolç (3,7) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Crema de verdures (1,5R: 250-300g de verdura) Filet de llenguado a la mallorquina (4) Patates al vapor (1,5R: 150g de patata al vapor) Fruita (1R)	Macarrons integrals saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures (2,5R: 125g de pasta integral cuita + 0,5R: 100g de verdura) Pitrrera de pollastre a la planxa Ensalada adaptada Fruita (1R)	Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14) (3R: 120g d'arròs integral bullit) Truita d'espinaçs (3) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Sopa de cuiinat (1,3) (2,9R: 145g de pasta cuita) Filet de llom arrebossat (1,2,3,4,6,7,9,12) (0,5R: 100g) Ensalada adaptada Iogurt (7) (0,6R)	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27
Arròs blanc amb ou bullit i salsa de tomàtiga (1,5R: 60g d'arròs integral bullit + 0,5R: 100g de verdura) Tires de calamar arrebossat (1,2,3,4,6,7,9,12) (1R: 125g de tires de calamar arrebossat) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Cuiinat o Crema de lleties (1,5R: 75g de lleties cuites + 0,5R: 100g de verdura) Ous bullits gratinats amb salsa de tomàtiga (3) (0,5R: 100g de verdura) Tumbet (0,5R: 15g de patata fregida) Fruita (1R)	Lassanya de pollastre casolana (2,9R: 275g de lassanya "làmines de pasta + beixamel" + 0,5R: 100g de verdura) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Iogurt (7) (0,6R)	Crema de verdures (1,5R: 250-300g de verdura) Pilotes casolanes de pollastre Arròs integral bullit (1,5R: 60g d'arròs integral bullit) Fruita (1R)	😊 Ciurons amb trempó Crema de ciurons (1R: 50g de ciurons cuits + 0,5R: 100g de verdura) Aguiat de sípia amb ceba (14) (0,5R: 100g de verdura) Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12) (1R: 30g de patata fregida) Fruita (1R)	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL·LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure (no se li afegirà pa)

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*S'utilitzaran les taules de racions d'HIDRATS DE CARBONI DE LA FUNDACIÓ PER A LA DIABETIS.

*Els gramatges estan calculats en cuit, a excepció de les ensalades o fruita.

*Les ensalades de guarnició pesen tan poc que no les comptabilitzam com a racions d'hidrats. Aquestes seran el més semblant al menú basal.

*La porció de 1R d'hidrats per a la fruita, dependrà de la fruita, a continuació es fa una relació de racions d'hidrats segons la fruita:

1R d'hidrats	2R d'hidrats
100g poma	200g poma
100g mandarina	200g mandarina
100g melicotó	200g melicotó
200g maduixes	400g maduixes
100g pera	200g pera
100g taronja	200g taronja
100g pinya (2 rodanxes)	200g pinya (4 rodanxes)
100g pruna	200g pruna
100g kiwi	200g kiwi
50g plàtan	100g plàtan

				DIVENDRES	1				
				Fideus a la cassola (1,3) (2,9R: 145g de pasta cuita + 0,5R: 100g de verdura) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Logurt (7) (0,6R)					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) (3R: 150g de patata) Ous remenats amb cuixot dolç (3) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Crema de ciurons o Ciurons amb trempó (1R: 50g de ciurons cuits + 0,5R: 100g de verdura) Estofat d'índiot (0,5R: 100g de verdura) 😊 Estofat de pollastre Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12) (1R: 30g de patata fregida) Fruita (1R)	Canelons de pollastre i porc (1,2,3,4,6,7,9,14) (2,9R: 275g de canelons "pasta + beixamel" + 0,5R: 100g de verdura) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Logurt (7) (0,6R)	Cuiinat o Crema de lleties (2R: 100g de lleties cuites + 1R: 200g de verdura) Truita d'espinaçs (3) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Paella mixta (2,3,4,9,14) (2R: 80g d'arròs bullit + 0,5R: 100g de verdura) Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba Patates al vapor amb verdures (0,5R: 25g de patata al vapor) Fruita (1R)					
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
Arròs de brou (3R: 120g d'arròs integral bullit) Filet de llenguado a la planxa (4) Ensalada adaptada Fruita (1R)	FESTIU			Crema de mongetes o Mongetes amb trempó (1R: 50g de mongetes cuites + 0,5R: 100g de verdura) Ous bullits gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (3,7) (0,5R: 100g de verdura) Patates al vapor (1,4R: 70g de patata al vapor) Logurt (7) (0,6R)	Espaguetis integrals a la carbonara (1,2,3,4,6,7,9) (2,5R: 125g de pasta integral cuita + 0,5R: 3 cullerades de salsa carbonara) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Crema de carabassó (1R: 200-250g de verdura) Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7) (2R: aproximadament 80g de pizza) Ensalada adaptada Fruita (1R)			
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
Cuiinat o Crema de ciurons (2R: 100g de ciurons cuits + 1R: 200g de verdura) Ous remenats amb cuixot dolç (3,7) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Crema de verdures (1,5R: 250-300g de verdura) Filet de llenguado a la mallorquina (4) Patates al vapor (1,5R: 150g de patata al vapor) Fruita (1R)	Macarrons integrals saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures (2,5R: 125g de pasta integral cuita + 0,5R: 100g de verdura) Pitrrera de pollastre a la planxa Ensalada adaptada Fruita (1R)	Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14) (3R: 120g d'arròs integral bullit) Truita d'espinaçs (3) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Sopa de cuiinat (1,3) (2,9R: 145g de pasta cuita) Filet de llom arrebossat (1,2,3,4,6,7,9,12) (0,5R: 100g) Ensalada adaptada Logurt (7) (0,6R)					
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
Arròs blanc amb ou bullit i salsa de tomàtiga (1,5R: 60g d'arròs integral bullit + 0,5R: 100g de verdura) Tires de calamar arrebossat (1,2,3,4,6,7,9,12) (1R: 125g de tires de calamar arrebossat) Ensalada adaptada Fruita (1R)	Cuiinat o Crema de lleties (1,5R: 75g de lleties cuites + 0,5R: 100g de verdura) Ous bullits gratinats amb salsa de tomàtiga (3) (0,5R: 100g de verdura) Tumbet (0,5R: 15g de patata fregida) Fruita (1R)	Lassanya de pollastre casolana (2,9R: 275g de lasanya "làmines de pasta + beixamel" + 0,5R: 100g de verdura) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Logurt (7) (0,6R)	Crema de verdures (1,5R: 250-300g de verdura) Pilotes casolanes de pollastre Arròs integral bullit (1,5R: 60g d'arròs integral bullit) Fruita (1R)	😊 Ciurons amb trempó Crema de ciurons (1R: 50g de ciurons cuits + 0,5R: 100g de verdura) Aguiat de sípia amb ceba (14) (0,5R: 100g de verdura) Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12) (1R: 30g de patata fregida) Fruita (1R)					

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL·LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i 40g de pa sempre integral **(2R)**

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*S'utilitzaran les taules de racions d'HIDRATS DE CARBONI DE LA FUNDACIÓ PER A LA DIABETIS.

*Els gramatges estan calculats en cuít, a excepció de les ensalades o fruita.

*Les ensalades de guarnició pesen tan poc que no les comptabilitzam com a racions d'hidrats. Aquestes seran el més semblant al menú basal.

*La porció de 1R d'hidrats per a la fruita, dependrà de la fruita, a continuació es fa una relació de racions d'hidrats segons la fruita:

1R d'hidrats	2R d'hidrats
100g poma	200g poma
100g mandarina	200g mandarina
100g melicotó	200g melicotó
200g maduixes	400g maduixes
100g pera	200g pera
100g taronja	200g taronja
100g pinya (2 rodanxes)	200g pinya (4 rodanxes)
100g pruna	200g pruna
100g kiwi	200g kiwi
50g plàtan	100g plàtan

				DIVENDRES 1
				<p>Fideus a la cassola</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Logurt (7)</p>
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
<p>Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspatxo casolà</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>Estofat d'indiot Estofat de pollastre</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>logurt (7)</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Truita de patates o Truita d'espínacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella mixta (2,3,4,9,14) o Paella de verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
<p>Arròs caldós</p> <p>Filet de llenguado orly (3,4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>FESTIU</p>	<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Patates al vapor Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>logurt (7)</p>	<p>Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassó</p> <p>Pizza de cuixot dolç i formatge (7)</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga i trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (3)</p> <p>Filet de llenguado a la mallorquina (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Macarrons saltejats amb cuixot dolç i verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre a la planxa Raoles de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Truita de patata i carabassó o Truita d'espínacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de cuinat</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba</p> <p>logurt (7)</p>
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou bullit (3)</p> <p>Nuggets casolans de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4)</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry i cogombre o Minestra de verdures</p> <p>logurt (7)</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó Crema de ciurons</p> <p>Aguiat de sípia amb ceba (14) Raoles de sípia i lluç (4,14)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL·LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i **pa SENSE GLUTEN**

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du ou. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

*Les pastes són sense gluten i sense ou.

YVONNE BAUZA DE KEIZER

Dietista-Nutricionista

Nº Col. IB00064



				DIVENDRES	1				
				<p>Fideus a la cassola (1,3)</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>logurt de soja (1)</p>					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
<p>Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspatxo casolà</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>Estofat d'indiot Estofat de pollastre</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>		<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>logurt de soja (1)</p>		<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Truita de patates o Truita d'espinaacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Paella de verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
<p>Arròs de brou</p> <p>Filet de llenguado orly (3,4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>FESTIU</p>		<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Patates al vapor Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>logurt de soja (1)</p>		<p>Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de carabassó</p> <p>Pizza de cuixot dolç</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga i trempó</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de verdures amb crostons al forn (3)</p> <p>Filet de llenguado a la mallorquina (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>		<p>Macarrons saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre a la planxa Raoles de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Truita de patata i carabassó o Truita d'espinaacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Sopa de cuinat (1,3)</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba</p> <p>logurt de soja (1)</p>	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
<p>Arròs blanc amb ou bullit i salsa de tomàtiga</p> <p>Nuggets casolans de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4)</p> <p>Fruita</p>		<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>		<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry cogombre o Minestra de verdures</p> <p>logurt de soja (1)</p>		<p>Crema de verdures</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>		<p>Ciurons amb trempó Crema de ciurons</p> <p>Aguiat de sípia amb ceba (14) Raoles de sípia i lluç (4,14)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL·LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du ou. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES 1
				<p>Fideus a la cassola</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>logurt de soja (1)</p>
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
<p>Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspaxo casolà</p> <p>Filet de caella arrebossada (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>Estofat d'indiots Estofat de pollastre</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>logurt de soja (1)</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa d'indiots a la planxa</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
<p>Arròs de brou</p> <p>Filet de llenguado orly (1,4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>FESTIU</p>	<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Pitrrera d'indiots a la planxa</p> <p>Patates al vapor Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>logurt de soja (1)</p>	<p>Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassó</p> <p>Pizza de cuixot dolç</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Cuixot dolç a la planxa</p> <p>Ensalada de lletuga i trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Filet de llenguado a la mallorquina (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Macarrons saltejats amb cuixot dolç i verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre a la planxa Raoles de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de cuinat</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba</p> <p>logurt de soja (1)</p>
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
<p>Arròs bullit amb salsa de tomàtiga</p> <p>Nuggets casolans de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4)</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Pitrrera d'indiots a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry i cogombre o Minestra de verdures</p> <p>logurt de soja (1)</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó Crema de ciurons</p> <p>Aguiat de sípia amb ceba (14) Raoles de sípia i lluç (4,14)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL·LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les pastes seran gluten i sense ou.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES 1
				<p>Fideus a la cassola (1,3)</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
<p>Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4)</p> <p>Ous remenats (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>Estofat d'indiot Estofat de pollastre</p> <p>Patates fregides</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Pitrera de pollastre amb salsa de ceba</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p>
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
<p>Arròs de brou</p> <p>Filet de llenguado orly (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>FESTIU</p>	<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Ous bullits amb trempats (3) Truita de patates (3)</p> <p>Patates al vapor Ensalada adaptada</p>	<p>Espaguetís amb bolonyesa casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Pitrera d'indiot a la planxa</p> <p>Ensalada adaptada</p>
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Ous remenats (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Filet de llenguado a la planxa (4)</p> <p>Patates al vapor</p>	<p>Macarrons saltejats (1,3)</p> <p>Pitrera de pollastre a la planxa Raoles de pollastre</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Truita de patata i carabassó (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Sopa de cuinat (1,3)</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada adaptada</p>
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
<p>Arròs blanc amb ou bullit</p> <p>Nuggets casolans de pollastre</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Ous bullits trempats (3)</p> <p>Minestra de verdures amb patata</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Arròs pilaf</p>	<p>Ciurons amb trempó Crema de ciurons</p> <p>Aguiat de sípia amb ceba (14) Raoles de sípia i lluç (4,14)</p> <p>Patates fregides</p>

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL·LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les ensalades seran el més semblant al menú basal.

*Les frites seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

*PODRÀ CONSUMIR: CEREALS i TUBERCLES: farines, pa, pasta, arròs, tapioca, patata, ordi i civada. CARN, PEIX I OUS no processats. VERDURES i LLEGUMS PERMESOS (- de 0,5g de fructosa per 100g d'aliment): bledes, xampinyons, col xinesa, col arrissada, bròquil, carxofa, espinacs, lletuga, endívia, canonge, rúcula i escarola, lleties i mongeta blanca. VERDURES i LLEGUMS PERMESOS EN QUANTITATS PETITES (50g) dependent del nivell de tolerància (de 0,5-1,5g de fructosa per 100g d'aliment): all, albergínia, espàrrecs, api, colflori, carabassa, col lombarda, col arrissada, ceba tendra, cogombre, carabassó, porro, fonoll, ciuró.) Fruites permeses amb precaució: mandarina, taronja, kiwi, síndria, meló, raim.

*Per a l'elaboració dels plats es tendran en compte les verdures permeses.

*PER EVITAR QUAALSEVOL POSSIBLE COMPLICACIÓ, no se li donarà fruita a l'escola.



				DIVENDRES	1				
				Fideus a la cassola Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies Iogurt (7)					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspatxo casolà Filet de caella arrebossada (4) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Fruita		Crema de ciurons o Ciurons amb trempó ☺ Estofat d'indiot Estofat de pollastre Patates fregides Fruita		Lasanya casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Iogurt (7)		Cuinat o Crema de lleties Contraçuixa d'indiot a la planxa Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies Fruita		Paella de verdures Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba Patates al vapor amb verdures Fruita	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
Arròs de brou Filet de llenguado orly (1,4) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Fruita		FESTIU		Crema de mongetes o Mongetes amb trempó Pitrrera d'indiot a la planxa Patates al vapor ☺ Ensalada de lletuga i tomàtiga Iogurt (7)		Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya Fruita		Crema de carabassó Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7) Ensalada de lletuga i tomàtiga Fruita	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
Cuinat o Crema de ciurons Cuixot dolç a la planxa Ensalada de lletuga i trempó Fruita		Crema de verdures Filet de llenguado a la mallorquina (4) Patates al vapor Fruita		Macarrons saltejats amb cuixot dolç i verdures Pitrrera de pollastre a la planxa ☺ Raoles de pollastre Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies Fruita		Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, pastanaga i olives Fruita		Sopa de cuinat Filet de llom arrebossat Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba Iogurt (7)	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
Arròs bullit amb salsa de tomàtiga Nuggets casolans de pollastre Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4) Fruita		Cuinat o Crema de lleties Pitrrera d'indiot a la planxa Tumbet Fruita		Lasanya casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry i cogombre o Minestra de verdures Iogurt (7)		Crema de verdures Pilotes casolanes de pollastre amb verdures Arròs pilaf Fruita		☺ Ciurons amb trempó Crema de ciurons ☺ Aguiat de sípia amb ceba (14) ☺ Raoles de sípia i lluç (4,14) Patates fregides Fruita	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL- LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

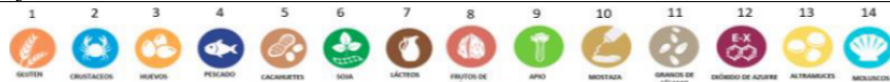
*Les pastes seran sense gluten i sense ou.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES	1				
				<p>Fideus a la cassola (1,3)</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Iogurt (7)</p>					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
<p>Patates al vapor amb pastanaga o Gaspatxo casolà</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>Estofat d'indià Estofat de pollastre</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>		<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Croquetes d'espinaacs (1,6,7,8)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Truita de patates o Truita d'espinaacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Paella de verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
<p>Arròs de brou</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>FESTIU</p>		<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre</p> <p>Pitrrera d'indià a la planxa</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de carabassó</p> <p>Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7)</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga i trempó</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de verdures amb crostons al forn (3)</p> <p>Hamburguesa de colflori i formatge (1,3,7,11)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>		<p>Macarrons saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre a la planxa</p> <p>Raols de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Arròs de brou de verdures</p> <p>Truita de patata i carabassó o Truita d'espinaacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Sopa de cuinat (1,3)</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba</p> <p>Iogurt (7)</p>	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou bullit (3)</p> <p>Nuggets casolans de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga i pinya</p> <p>Fruita</p>		<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>		<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Pitrrera d'indià a la planxa</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry i cogombre o Minestra de verdures</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Crema de verdures</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>		<p>Ciurons amb trempó</p> <p>Crema de ciurons</p> <p>Aguiat de sípia amb ceba (14)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL- LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

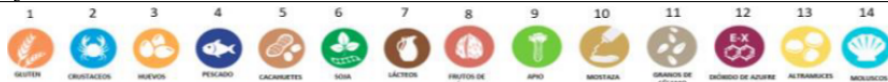
Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES	1				
				Fideus a la cassola (1,3) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies Iogurt (7)					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspaxo casolà Ous remenats amb cuixot dolç (3) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Fruita		Crema de ciurons o Ciurons amb trempó Estofat d'indi Estofat de pollastre 😊 Patates fregides Fruita		Lasanya casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Iogurt (7)		Cuinat o Crema de lleties Truita de patates o Truita d'espínacs (3) Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies Fruita		Paella de verdures Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba Patates al vapor amb verdures Fruita	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
Arròs de brou Filet de llenguado orly (3,4) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Fruita		FESTIU		Crema de mongetes o Mongetes amb trempó Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3) 😊 Truita de patates (3) Patates al vapor 😊 Ensalada de lletuga i tomàtiga Iogurt (7)		Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya Fruita		Crema de carabassó Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7) Ensalada de lletuga i tomàtiga Fruita	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
Cuinat o Crema de ciurons Ous remenats amb cuixot dolç (3) Ensalada de lletuga i trempó Fruita		Crema de verdures amb crostons al forn (3) Filet de llenguado a la mallorquina (4) Patates al vapor Fruita		Macarrons saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures Pitrrera de pollastre a la planxa 😊 Raoles de pollastre Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies Fruita		Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14) Truita de patata i carabassó o Truita d'espínacs (3) Ensalada de lletuga, pastanaga i olives Fruita		Sopa de cuinat (1,3) Filet de llom arrebossat Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba Iogurt (7)	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
Arròs blanc amb ou bullit i salsa de tomàtiga Nuggets casolans de pollastre Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4) Fruita		Cuinat o Crema de lleties Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3) Tumbet Fruita		Lasanya casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry i cogombre o Minestra de verdures Iogurt (7)		Crema de verdures Pilotes casolanes de pollastre amb verdures Arròs pilaf Fruita		Ciurons amb trempó 😊 Crema de ciurons Aguiat de sípia amb ceba (14) 😊 Raoles de sípia i lluç (4,14) Patates fregides Fruita	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL: LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES 1
				<p>Fideus a la cassola</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Iogurt (7)</p>
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
<p>Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspaxo casolà</p> <p>Filet de caella arrebossada (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>Estofat d'indiots Estofat de pollastre</p> <p>😊</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Iogurt (7)</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa d'indiots a la planxa</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Pitrera de pollastre amb salsa de ceba</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
<p>Arròs de brou</p> <p>Filet de llenguado orly (1,4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>FESTIU</p>	<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Pitrera d'indiots a la planxa</p> <p>Patates al vapor Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>😊</p> <p>Iogurt (7)</p>	<p>Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassó</p> <p>Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7)</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Cuixot dolç a la planxa</p> <p>Ensalada de lletuga i trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Filt de llenguado a la mallorquina (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Macarrons saltejats amb cuixot dolç i verdures</p> <p>Pitrera de pollastre a la planxa 😊 Raoles de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou de peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de cuinat</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba</p> <p>Iogurt (7)</p>
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
<p>Arròs bullit amb salsa de tomàtiga</p> <p>Nuggets casolans de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4)</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Pitrera d'indiots a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry i cogombre o Minestra de verdures</p> <p>Iogurt (7)</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó 😊 Crema de ciurons</p> <p>Aguiat de sípia amb ceba (14) 😊 Raoles de sípia i lluç (4,14)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL: LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

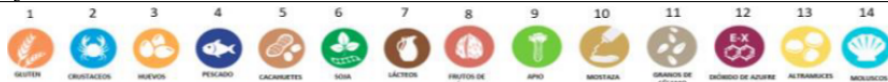
*Les pastes seran sense gluten i sense ou.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES	1				
				Fideus a la cassola (1,3) Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies Iogurt (7)					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspatxo casolà Ous remenats amb cuixot dolç (3) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Fruita		Crema de ciurons o Ciurons amb trempó Estofat d'índiot Estofat de pollastre 😊 Patates fregides Fruita		Lasanya casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Iogurt (7)		Cuinat o Crema de lleties Truita de patates o Truita d'espínacs (3) Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies Fruita		Paella de verdures Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba Patates al vapor amb verdures Fruita	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
Arròs de brou Filet de llenguado orly (3,4) Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives Fruita		FESTIU		Crema de mongetes o Mongetes amb trempó Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3) 😊 Truita de patates (3) Patates al vapor 😊 Ensalada de lletuga i tomàtiga Iogurt (7)		Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya Fruita		Crema de carabassó Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7) Ensalada de lletuga i tomàtiga Fruita	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
Cuinat o Crema de ciurons Ous remenats amb cuixot dolç (3) Ensalada de lletuga i trempó Fruita		Crema de verdures amb crostons al forn (3) Filet de llenguado a la mallorquina (4) Patates al vapor Fruita		Macarrons saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures Pitrrera de pollastre a la planxa 😊 Raols de pollastre Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies Fruita		Arròs de brou de verdures Truita de patata i carabassó o Truita d'espínacs (3) Ensalada de lletuga, pastanaga i olives Fruita		Sopa de cuinat (1,3) Filet de llom arrebossat Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba Iogurt (7)	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
Arròs blanc amb ou bullit i salsa de tomàtiga Nuggets casolans de pollastre Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4) Fruita		Cuinat o Crema de lleties Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3) Tumbet Fruita		Lasanya casolana de pollastre Filet de lluç a la planxa (4) Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry i cogombre o Minestra de verdures Iogurt (7)		Crema de verdures Pilotes casolanes de pollastre amb verdures Arròs pilaf Fruita		😊 Ciurons amb trempó 😊 Crema de ciurons Truita a la francesa (3) Patates fregides Fruita	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL- LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES	1				
				<p>Fideus a la cassola (1,3)</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Iogurt (7)</p>					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
<p>Patates al vapor amb pastanaga o Gaspatxo casolà</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>😊 Estofat d'índiot</p> <p>Estofat de pollastre</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>		<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Truita de patates o Truita d'espínacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Paella de verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
<p>Arròs de brou</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>FESTIU</p>		<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>😊 Truita de patates (3)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>😊 Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre</p> <p>Pitrrera d'índiot a la planxa</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de carabassó</p> <p>Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7)</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga i trempó</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de verdures amb crostons al forn (3)</p> <p>Contraçuixa d'índiot</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>		<p>Macarrons saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre a la planxa</p> <p>😊 Raols de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Arròs de brou de verdures</p> <p>Truita de patata i carabassó o Truita d'espínacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Sopa de cuinat (1,3)</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba</p> <p>Iogurt (7)</p>	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
<p>Arròs blanc amb ou bullit i salsa de tomàtiga</p> <p>Nuggets casolans de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga i pinya</p> <p>Fruita</p>		<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>		<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Pitrrera d'índiot a la planxa</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiques cherry i cogombre o Minestra de verdures</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Crema de verdures</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>		<p>😊 Ciurons amb trempó</p> <p>😊 Crema de ciurons</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL- LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES	1				
				<p>Fideus a la cassola (1,3)</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Iogurt (7)</p>					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
<p>Patates al vapor amb pastanaga i tonyina (4) o Gaspatxo casolà</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>Estofat d'indiots Estofat de pollastre</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>		<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Truita de patates o Truita d'espínacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Paella de verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre amb salsa de ceba</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
<p>Arròs de brou</p> <p>Filet de llenguado orly (3,4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>FESTIU</p>		<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Patates al vapor Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Espaguetis amb bolonyesa casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de carabassó</p> <p>Pizza de cuixot dolç i formatge (1,7)</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Ous remenats amb cuixot dolç (3)</p> <p>Ensalada de lletuga i trempó</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de verdures amb crostons al forn (3)</p> <p>Filet de llenguado a la mallorquina (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>		<p>Macarrons saltejats (1,3) amb cuixot dolç i verdures</p> <p>Pitrrera de pollastre a la planxa Raols de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Arròs de brou de verdures</p> <p>Truita de patata i carabassó o Truita d'espínacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Sopa de cuinat (1,3)</p> <p>Filet de llom arrebossat</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba</p> <p>Iogurt (7)</p>	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
<p>Arròs blanc amb ou bullit i salsa de tomàtiga</p> <p>Nuggets casolans de pollastre</p> <p>Ensalada de lletuga, pinya i tonyina (4)</p> <p>Fruita</p>		<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>		<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Filet de lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga cherry i cogombre o Minestra de verdures</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Crema de verdures</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>		<p>Ciurons amb trempó Crema de ciurons</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL·LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

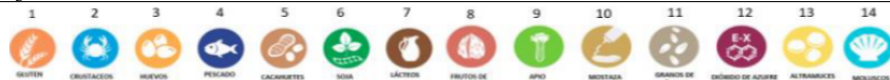
Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.

				DIVENDRES	1				
				<p>Fideus a la cassola (1,3)</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Iogurt (7)</p>					
DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
<p>Patates al vapor amb pastanaga o Gaspatxo casolà</p> <p>Ous remenats (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de ciurons o Ciurons amb trempó</p> <p>Hamburguesa de colflori i formatge (1,3,7,11)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>		<p>Canelons d'espinaacs (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>Croquetes d'espinaacs (1,6,7,8)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Crema de lleties</p> <p>Truita de patates o Truita d'espinaacs (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Paella de verdures</p> <p>Patates al vapor amb verdures</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
<p>Arròs de brou</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>FESTIU</p>		<p>Crema de mongetes o Mongetes amb trempó</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3) 😊 Truita de patates (3)</p> <p>Patates al vapor 😊 Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Espaguetis integrals saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Hamburguesa de colflori i formatge (1,3,7,11)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i pinya</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de carabassó</p> <p>Pizza margarita (1,7)</p> <p>Ensalada de lletuga i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
<p>Crema de ciurons</p> <p>Ous remenats (3)</p> <p>Ensalada de lletuga i trempó</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1,5,6,7,8,11)</p> <p>Hamburguesa de colflori i formatge (1,3,7,11)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>		<p>Macarrons integrals saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Croquetes d'espinaacs (1,6,7,8)</p> <p>Ensalada de lletuga, pebre verd i blat de les índies</p> <p>Fruita</p>		<p>Arròs de brou de verdures</p> <p>Truita de patata i carabassó (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, pastanaga i olives</p> <p>Fruita</p>		<p>Sopa de brou de verdures (1,3)</p> <p>Bròquil arrebossat (3)</p> <p>Ensalada de lletuga, tomàtiga, cogombre i ceba</p> <p>Iogurt (7)</p>	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou bullit (3)</p> <p>Croquetes d'espinaacs (1,6,7,8)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>		<p>Crema de lleties</p> <p>Ous bullits amb salsa de tomàtiga (3)</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>		<p>Canelons d'espinaacs (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>Estofat de patates amb pèsols</p> <p>Iogurt (7)</p>		<p>Crema de verdures</p> <p>Mescla de verdures amb quinoa</p> <p>Fruita</p>		<p>😊 Ciurons amb trempó 😊 Crema de ciurons</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	

Informació complementària:

Reglament 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. 14 AL- LÈRGENS numerats de l'1 al 14



En el menú s'afegirà aigua per a beure i pa (3 dies a la setmana integral).

Els brous de verdures, de peix i de carn seran d'elaboració casolana.

*Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que du gluten. Per als arrebossats s'utilitzarà maicena o farina de ciuró.