

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Llenguado orly casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Ensalada de lletuga amb ceba vermella i tomàtiga</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4)</p> <p>😊 Aguiat de cap de llong Raïles casolanes d'indiot a la planxa (1,3)</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguetis a la bolonyesa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4) amb maionesa casolana (7)</p> <p>Ensalada de lletuga amb pebre verd, blat de les índies i formatge fresc (7)</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada de lletuga amb tomàtiga i pastanaga</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contracuíx de pollastre al forn Contracuíx de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>logurt (7) o Fruita</p>
<p>Proposta de sopar Wok de verdures (amb col, ceba, pebre vermell, pastanaga i bròquil) amb pasta d'arròs i salsa de soja Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Crema de verdures Salmó a la planxa Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Filets de pollastre amb salsa de pebres i quinoa Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Sipia a la planxa amb bròquil i patata bullits Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Ensalada (bros tendres, tomàtigs cherry, ceba caramelitzada i formatge feta) Pa amb oli de tonyina amb alvocat Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Croquetes de bacallà i tires de calamar calamar (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Ensalada de lletuga amb blat de les índies i pastanaga</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinta (6,7) o Crema de lleties</p> <p>Contracuíx de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	<h1>FESTIU</h1>	
<p>Proposta de sopar Costelles d'indiot a la planxa acompanyades de pisto i arròs integral Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Ous a la planxa acompanyats de patates bullides amb espàrrecs saltejats Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Salmó a la planxa acompanyat d'ensalada de quinoa (amb ceba vermella, tomàtiga i alvocat) Fruita</p>		
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat (6,7) o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Ensalada de lletuga amb cogombre i pastanaga</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada de lletuga amb blat de les índies i olives</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4) amb maionesa casolana (7)</p> <p>Ensalada de lletuga amb trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat (6,7) o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes mixtes (1,3,6,7,8,11)</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>logurt (7) o Fruita</p>
<p>Proposta de sopar Albergínia i patates rostides Remenat d'ou amb tomàtiga Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Crema de carabassa Orada a la sal Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Pollastre al curry amb ceba i xampinyons acompanyada d'arròs integral Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Taboulé amb ceba tendra, tomàtiga, panses, nous i herba-sana o menta Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Quiche de porros Ensalada variada (canonges, tomàtigs cherry, alvocat i poma) Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat (6,7) o Crema de lleties</p> <p>Contracuíx de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Ensalada de lletuga amb pinya, cogombre i formatge fresc (7)</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre i porc (1,3,6,7,12)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada de lletuga amb olives i tomàtiga</p> <p>logurt (7) o Fruita</p>
<p>Proposta de sopar Fajitas de pollastre (amb ceba, pebre vermell, verd i groc) Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Bullit de rap (amb patata, mongetes tendres, pastanaga i bròquil) Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Minestra de verdures Hamburguesa de pèsols Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Ensalada de lletuga, tomàtiga, ceba saltejada i alvocat Pastis de lluç Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Croquetes casolanes de bolets al forn Colflori al forn especiada Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguiat de ciurons amb sipia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raïles de pollastre casolanes a la planxa (1,3)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>			
<p>Proposta de sopar Hamburguesa vegetal amb formatge i pa acompanyada d'ensalada Fruita</p>	<p>Proposta de sopar Sopa de fideus integrals amb verdures Fruita de colflori 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 són d'elaboració casolana.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

*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 i el menú no plàtan, 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.



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
<p>Ensalada de patatas al vapor con huevo cocido (3) (zanahoria, cebolla, pimienta y aceitunas)</p> <p>Lenguado orly casero (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Ensalada de lechuga con cebolla roja y tomate</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Wok de verduras (con col, cebolla, pimiento rojo, zanahoria y brócoli) con pasta de arroz y salsa de soja Fruta</p>	<p>Garbanzos con trampó y atún (4)</p> <p>Guiso de cabeza de lomo Raolas caseras de pavo a la plancha (1,3)</p> <p>Arroz pilaf</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Crema de verduras Salmón a la plancha Fruta</p>	<p>Espaguetis a la boloñesa (1,3)</p> <p>Merluza a la plancha (4) con mayonesa casera (7)</p> <p>Ensalada de lechuga con pimiento verde maiz y queso fresco (7)</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Solomillos de pollo con salsa de pimientos y quinoa Fruta</p>	<p>Arroz caldoso con pescado y marisco (2,4,14)</p> <p>Tortilla de patatas (3)</p> <p>Ensalada de lechuga con tomate y zanahoria</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Sepia a la plancha con brócoli y patata hervidos Fruta</p>	<p>Crema o Ensalada de judías blancas (tomate, maiz y zanahoria)</p> <p>Contramuslo de pollo al horno Contramuslo de pollo a la plancha</p> <p>Patatas fritas (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Yogur (7) o Fruta</p> <p>Propuesta de cena Ensalada (brotes tiernos, tomates cherry, cebolla caramelizada y queso feta) Pa amb oli de atún con aguacate Fruta</p>
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
<p>Macarrones salteados con jamón york (1,3)</p> <p>Huevos cocidos (3) gratinados con bechamel y queso (7)</p> <p>Tomate aliñado</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Chuletas de pavo a la plancha acompañadas de pisto y arroz integral Fruta</p>	<p>Crema de verduras con crostons al horno (1) o Sopas mallorquinas (1)</p> <p>Croquetas de bacalao y rabas de calamar (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Ensalada de lechuga con maiz y zanahoria</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Huevos a la plancha acompañados de patatas hervidas con espárragos salteados Fruta</p>	<p>Potaje (6,7) o Crema de lentejas</p> <p>Contramuslo de pollo a la plancha</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Salmón a la plancha acompañado de ensalada de quinoa (con cebolla morada, tomate y aguacate) Fruta</p>	<p>FESTIVO</p>	
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
<p>Potaje (6,7) o Crema de judías blancas</p> <p>Hoky orly casero (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Ensalada de lechuga con pepino y zanahoria</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Berenjena y patatas asadas Revuelto de huevo con tomate Fruta</p>	<p>Patatas al vapor con atún (4) (zanahoria y tomate)</p> <p>Tortilla de calabacín con cebolla (3)</p> <p>Ensalada de lechuga con maiz y aceitunas</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Crema de calabaza Dorada a la sal Fruta</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Merluza a la plancha (4) con mayonesa casera (7)</p> <p>Ensalada de lechuga con trampó</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Pollo al curry con cebolla y champiñones acompañada de arroz integral Fruta</p>	<p>Potaje (6,7) o Crema de garbanzos</p> <p>Pollo al ajo</p> <p>Patatas fritas (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Taboulé con cebolleta, tomate, pasas, nueces e hierbabuena o menta Fruta</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate y huevo (3)</p> <p>Albóndigas caseras mixtas (1,3,6,7,8,11)</p> <p>Zanahoria al vapor</p> <p>Yogur (7) o Fruta</p> <p>Propuesta de cena Quiche de pueros Ensalada variada (canónigos, tomates cherry, aguacate y manzana) Fruta</p>
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Huevos cocidos (3) gratinados con salsa de tomate y queso (7)</p> <p>Patata y zanahoria al vapor</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Fajitas de pollo (con cebolla, pimiento rojo, verde y amarillo) Fruta</p>	<p>Potaje (6,7) o Crema de lentejas</p> <p>Contramuslo de pollo a la plancha</p> <p>Trampó</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Bullit de rape (con patata, judías tiernas, zanahoria y brócoli) Fruta</p>	<p>Paella mixta ciega (2,4,14)</p> <p>Merluza empanada casera (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Ensalada de lechuga con piña, pepino y queso fresco (7)</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Menestra de verduras Hamburguesa de guisantes Fruta</p>	<p>Crema de calabaza con crostons al horno (1)</p> <p>Estofado de pavo con verduras</p> <p>Patatas fritas (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14)</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Ensalada de lechuga, tomate, cebolla salteada y aguacate Pastel de merluza Fruta</p>	<p>Lasaña casera de pollo y cerdo (1,3,6,7,12)</p> <p>Merluza a la plancha (4)</p> <p>Ensalada de lechuga con accitunas y tomate</p> <p>Yogur (7) o Fruta</p> <p>Propuesta de cena Croquetas caseras de setas al horno Coliflor al horno especiada Fruta</p>
LUNES 30	MARTES 31			
<p>Macarrones salteados con verduras (1,3)</p> <p>Rape al horno con salsa de tomate (4)</p> <p>Patatas al vapor</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Hamburguesa vegetal con queso y pan acompañada de ensalada Fruta</p>	<p>Guiso de garbanzos con sepia y gambas (2,14)</p> <p>Muslitos de pollo al horno Raolas de pollo caseras a la plancha (1,3)</p> <p>Tomate aliñado</p> <p>Fruta</p> <p>Propuesta de cena Sopa de fideos integrales con verduras Tortilla de coliflor Fruta</p>			

Información complementaria:													
Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor. 14 ALÉRGENOS enumerados del 1 al 14													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
En el menú se añadirá agua para a beber y pan (3 días a la semana integral).													
Los caldos de verduras, de pescado y de carne son de elaboración casera.													
En la elaboración de los platos y en el aliño de las ensaladas, siempre se utilizará ACEITE DE OLIVA VIRGEN.													
Las tortillas se elaboran con patatas al vapor y se cocinan en el horno.													
* 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 que el menú general, pero elaborados sin sal.													
* Los menús: no judías, ni guisantes ni alubias blancas ni derivados, así como el menú no piña, no lechuga, no manzana, no mejillones, no rape, el menú no kiwi y el menú no plátano, comerán el mismo menú sin la presencia de los alimentos nombrados.													
* Los menús de los que no comen cerdo serán igual evitando el cerdo en las 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 solo puede consumir de fruta plátano, sandía, melón y piña tendrá el mismo menú, y de postre comerá solo estas variantes de fruta.													
* El menú bajo en grasa tendrá el mismo menú sin salsas ni empanados. Elaborado con cocciones de hervido, horno y plancha.													
* El menú fácil de masticar tendrá el mismo menú teniendo en cuenta su dificultad para masticar (preparaciones blandas).													
* Hay un menú al cual no se le dará leche cruda.													

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives) (3,5R: 227,5g de patata bullida o crua)</p> <p>Llenguado orly casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (0,5R: 100g)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4) (2R: 110g de ciurons cuits o 40g en cru)</p> <p>Aguit de cap de llom Raoles casolanes d'indiot a la planxa (1,3)</p> <p>Arròs integral pilaf (1R: 40g d'arròs integral bullit o 13g en cru)</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Espaguetis integrals a la bolonyesa (1,3) (3R: 135g de pasta integral cuita o 45g en cru)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14) (2,5R: 95g d'arròs bullit)</p> <p>Truita de patates (3) (1,5R: 97,5g de patata cuita)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, pastanaga i ou bullit) (3) (3R: 165g de mongetes blanques cuites o 75g en cru)</p> <p>Contracuixa de pollastre al forn Contracuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (1,4R: 42g de patates fregides)</p> <p>logurt (7) (0,6R) No pa</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons integrals saltejats amb cuixot (1,3) (3R: 135g de pasta integral cuita o 45g en cru)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Crema de verdures (3R: 195g de patata bullida o crua)</p> <p>Tires de calamar arrebossades (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (1R: 125g de tires de calamar arrebossat)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties (3R: 150g de lleties cuites o 60g en cru)</p> <p>Contracuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet (1R: 30g de patata fregida)</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<h1>FESTIU</h1>	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques (3,5R: 192,5 de mongetes blanques cuites o 87,5g en cru)</p> <p>Hoky orly casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (0,5R: 100g)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga) (3R: 195g de patata bullida o crua)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Sopa (1,3) (3R: 135g pasta cuita)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons (2,5R: 137,5g de ciurons cuits o 50g en cru)</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (1,5R: 45g de patates fregides)</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàtiga i ou (3) (3,4R: 136g d'arròs integral bullit o 44,2g en cru)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>logurt (7) (0,6R) Pa integral (1R: 20g)</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3) (3R: 135g pasta cuita)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor (1R: 65g de patata cuita o crua)</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties (3R: 150g de lleties cuites o 60g en cru)</p> <p>Contracuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14) (3,5R: 133g d'arròs bullit)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (0,5R: 100g)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<p>Crema de carabassa (2,5R: 162,5g de patata bullida o crua)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (1,5R: 45g de patates fregides)</p> <p>Fruita (1R) No pa</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre i porc (3R: 290g de lasanya "làmines de pasta + beixamel")</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons integrals saltejats amb verdures (1,3) (3R: 135g de pasta integral cuita o 45g en cru)</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Aguit de ciurons amb sípia i gambes (2,14) (3R: 165g de ciurons cuits o 60g en cru)</p> <p>Cuixes de pollastre al forn Raoles de pollastre casolanes a la planxa (1,3)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</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

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
50g plàtan	100g plàtan
100g kiwi	200g kiwi



DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives) (3,5R: 227,5g de patata bullida o crua)</p> <p>Llenguado orly casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (0,5R: 100g)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4) (2R: 110g de ciurons cuits o 40g en cru)</p> <p>Aguit de cap de llom Raoles casolanes d'indià a la planxa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</p>	<p>Espaguetis integrals a la bolonyesa (1,3) (3R: 135g de pasta integral cuita o 45g en cru)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14) (2,5R: 95g d'arròs bullit)</p> <p>Truita de patates (3) (1,5R: 97,5g de patata cuita)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, pastanaga i ou bullit) (3) (3R: 165g de mongetes blanques cuites o 75g en cru)</p> <p>Contracuixa de pollastre al forn Contracuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (1,4R: 42g de patates fregides)</p> <p>logurt (7) (0,6R) Pa integral (1R: 20g)</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons integrals saltejats amb cuixot (1,3) (3R: 135g de pasta integral cuita o 45g en cru)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</p>	<p>Crema de verdures (3R: 195g de patata bullida o crua)</p> <p>Tires de calamar arrebossades (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (1R: 125g de tires de calamar arrebossat)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties (3R: 150g de lleties cuites o 60g en cru)</p> <p>Contracuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet (1R: 30g de patata fregida)</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques (3,5R: 192,5 de mongetes blanques cuites o 87,5g en cru)</p> <p>Hoky orly casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (0,5R: 100g)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga) (3R: 195g de patata bullida o crua)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</p>	<p>Sopa (1,3) (3R: 135g pasta cuita)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons (2,5R: 137,5g de ciurons cuits o 50g en cru)</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (1,5R: 45g de patates fregides)</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàtiga i ou (3) (3,4R: 136g d'arròs integral bullit o 44,2g en cru)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre amb verdures</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>logurt (7) (0,6R) Pa integral (2R: 40g)</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3) (3R: 135g pasta cuita)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor (1R: 65g de patata cuita o crua)</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties (3R: 150g de lleties cuites o 60g en cru)</p> <p>Contracuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14) (3,5R: 133g d'arròs bullit)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (0,5R: 100g)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Crema de carabassa (2,5R: 162,5g de patata bullida o crua)</p> <p>Estofat d'indià amb verdures</p> <p>Patates fregides (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14) (1,5R: 45g de patates fregides)</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (1R: 20g)</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre i porc (3R: 290g de lasanya "làmines de pasta + beixamel")</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons integrals saltejats amb verdures (1,3) (3R: 135g de pasta integral cuita o 45g en cru)</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</p>	<p>Aguit de ciurons amb sípia i gambes (2,14) (3R: 165g de ciurons cuits o 60g en cru)</p> <p>Cuixes de pollastre al forn Raoles de pollastre casolanes a la planxa (1,3)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita (1R) Pa integral (2R: 40g)</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

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
50g plàtan	100g plàtan
100g kiwi	200g kiwi

MENÚ 1 NO GLUTEN OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Llenguado orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4)</p> <p>😊 Aguiat de cap de llom Raoes casolanes d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguetis a la bolonyesa</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (3)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (3)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguiat de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raoes de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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

*Les pastes són sense gluten i sense ou.

MENÚ 2 NO LACTOSA NI PLV OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Llenguado orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4)</p> <p>😊 Guisat de cap de llom Raoes casolanes d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguets a la bolonyesa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt de soja (1,6) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) trempats</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt de soja (1,6) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt de soja (1,6) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguait de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raoes de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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



MENÚ 2.1 NO LACTOSA NI PLV NI OU OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada adaptada de patates al vapor (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Llenguado orly casolà (1,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4)</p> <p>Aguiat de cap de l'lom 😊 Raols casolans d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguetis a la bolonyesa</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt de soja (1,6) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (1,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt de soja (1,6) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt de soja (1,6) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguiat de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raols de pollastre casolans a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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

MENÚ 2.2 NO LACTOSA NI PLV NI FRUCTOSA OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada adaptada de patates al vapor amb ou bullit (3)</p> <p>Llenguado orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Ciurons amb tonyina (4)</p> <p>Raoes casolanes d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p>	<p>Espaguetis saltejats (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques adaptada</p> <p>😊 Contraeix de pollastre al forn Contraeix de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) trempats</p> <p>Lletuga trempada</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraeix de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p>	<h1>FESTIU</h1>	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4)</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p>	<p>Arròs blanc amb ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) trempats</p> <p>Patates al vapor</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraeix de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats (1,3)</p> <p>Rap al forn (4)</p> <p>Patates al vapor</p>	<p>Aguait de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raoes de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Lletuga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

***Les ensalades seran el més semblant al menú basal.**

***Les fritures seran sense gluten i sense ou, a excepció de l'orly que sí que duu ou. 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, endivia, canonge, rúcula i escarola, lleties i mongeta blanca. **VERDURES i LLEGUMS PERMESOS EN QUANTITATS PETITES (50g)** depenen del nivell de tolerància (de 0,5-1,5g de fructosa per 100g d'aliment): all, albergínia, espàrrecs, api, colflori, carbassa, col llombarda, col arrissada, ceba tendra, cogombre, carabassó, porro, fonoll, ciuró. **Fruites permeses amb precaució:** mandarina, taronja, kiwi, síndria, meló, raïm.

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

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

MENÚ 3 NO OU OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada adaptada de patates al vapor (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Llenguado orly casolà (1,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4)</p> <p>Aguiat de cap de llom 😊 Raols casolanes d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguetis a la bolonyesa</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (1,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguiat de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Raols de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

*Les pastes seran sense gluten i sense ou.

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

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
<p>Ensalada adaptada de patatas al vapor (zanahoria, cebolla, pimienta y aceitunas)</p> <p>Lenguado orly casero (1,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruta</p>	<p>Garbanzos con trampó y atún (4)</p> <p>😊 Guiso de cabeza de lomo Raolas caseras de pavo a la plancha</p> <p>Arroz pilaf</p> <p>Fruta</p>	<p>Espaguetis a la boloñesa</p> <p>Merluza a la plancha (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruta</p>	<p>Arroz caldoso con pesacdo y marisco (2,4,14)</p> <p>Hamburguesa casera de verduras</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruta</p>	<p>Crema o Ensalada de judías blancas (tomate, maíz y zanahoria)</p> <p>😊 Contramuslo de pollo al horno Contramuslo de pollo a la plancha</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Yogur (7) o Fruta</p>
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
<p>Macarrones salteados con jamón york</p> <p>Hamburguesa casera de verduras</p> <p>Tomate aliñado</p> <p>Fruta</p>	<p>Crema de verduras con crostones al horno (1) o Sopas mallorquinas (1)</p> <p>Merluza empanada casera (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruta</p>	<p>Potaje o Crema de lentejas</p> <p>Contramuslo de pollo a la plancha</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruta</p>	FESTIVO	
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
<p>Potaje o Crema de judías blancas</p> <p>Hoky orly casero (1,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruta</p>	<p>Patatas al vapor con atún (4) (zanahoria y tomate)</p> <p>Lomo a la plancha</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruta</p>	<p>Sopa</p> <p>Merluza a la plancha (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruta</p>	<p>Potaje o Crema de garbanzos</p> <p>Pollo al ajillo</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate</p> <p>Albóndigas caseras de pollo</p> <p>Zanahoria al vapor</p> <p>Yogur (7) o Fruta</p>
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
<p>Sopa</p> <p>Merluza a la plancha (4)</p> <p>Patata y zanahoria al vapor</p> <p>Fruta</p>	<p>Potaje o Crema de lentejas</p> <p>Contramuslo de pollo a la plancha</p> <p>Trampó</p> <p>Fruta</p>	<p>Paella mixta ciega (2,4,14)</p> <p>Merluza empanada casera (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruta</p>	<p>Crema de calabaza con crostones al horno (1)</p> <p>Estofado de pavo con verduras</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta</p>	<p>Lasaña casera de pollo</p> <p>Merluza a la plancha (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Yogur (7) o Fruta</p>
LUNES 30	MARTES 31			
<p>Macarrones salteados con verduras</p> <p>Rape al horno con salsa de tomate (4)</p> <p>Patatas al vapor</p> <p>Fruta</p>	<p>Guiso de garbanzos con sepia y gambas (2,14)</p> <p>😊 Muslitos de pollo al horno Raolas de pollo caseras a la plancha</p> <p>Tomate aliñado</p> <p>Fruta</p>			

Información complementaria:

Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor. 14 ALÉRGENOS enumerados 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 serán de elaboración casera.

*Las pastas serán sin gluten y sin huevo.

*Las frituras serán sin gluten y sin huevo, a excepción del orly que sí llevará gluten. Para los empanados se utilizará maicena o harina de garbanzo

MENÚ 4 NO PEIX OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó</p> <p>Aguaït de cap de l'indió 😊 Raoles casolanes d'indió a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguetis a la bonyesa (1,3)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb verdures</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Verdures arrebossades</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Verdures arrebossades</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indió amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Ous remenats amb tomàtiga (3)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguaït de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raoles de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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



MENÚ 4.1 NO PEIX NI MARISC OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó</p> <p>😊 Aguiat de cap de llom Raols casolans d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguetis a la bolonyesa (1,3)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb verdures</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Verdures arrebossades</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Verdures arrebossades</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Ous remenats amb tomàtiga (3)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguiat de ciurons amb verdures</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raols de pollastre casolans a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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

MENÚ 5 NO FRUITS SECS OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Llenguado orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4)</p> <p>Aguiat de cap de llom 😊 Raols casolanes d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguets a la bolonyesa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14)</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella mixta cega (2,4,14)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguiat de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raols de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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



MENÚ 5.1 NO FRUITS SECS NI OU OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Ensalada adaptada de patates al vapor (pastanaga, ceba, pebre i olives) Llenguado orly casolà (1,4) Ensalada adaptada Fruita	Ciurons amb trempó i tonyina (4) Aguiat de cap de l'lom 😊 Raols casolanes d'indiot a la planxa Arròs pilaf Fruita	Espaguetis a la bolonyesa Lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Fruita	Arròs de brou amb peix i marisc (2,4,14) Hamburguesa casolana de verdures Ensalada adaptada Fruita	Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga) 😊 Contracuixa de pollastre al forn Contracuixa de pollastre a la planxa Patates fregides Iogurt (7) o Fruita
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Macarrons saltejats amb cuixot Hamburguesa casolana de verdures Tomàtiga trempada Fruita	Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1) Lluç arrebossat casolà (4) Ensalada adaptada Fruita	Cuinat o Crema de lleties Contracuixa de pollastre a la planxa Tumbet Fruita	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Cuinat o Crema de mongetes blanques Hoky orly casolà (1,4) Ensalada adaptada Fruita	Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga) Llom a la planxa Ensalada adaptada Fruita	Sopa Lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Fruita	Cuinat o Crema de ciurons Pollastre a l'allet Patates fregides Fruita	Arròs blanc amb salsa de tomàtiga Pilotes casolanes de pollastre Pastanaga al vapor Iogurt (7) o Fruita
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Sopa Lluç a la planxa (4) Patata i pastanaga al vapor Fruita	Cuinat o Crema de lleties Contracuixa de pollastre a la planxa Trempó Fruita	Paella mixta cega (2,4,14) Lluç arrebossat casolà (4) Ensalada adaptada Fruita	Crema de carabassa amb crostons al forn (1) Estofat d'indiot amb verdures Patates fregides Fruita	Lasanya casolana de pollastre Lluç a la planxa (4) Ensalada adaptada Iogurt (7) o Fruita
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
Macarrons saltejats amb verdures Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4) Patates al vapor Fruita	Aguiat de ciurons amb sípia i gambes (2,14) 😊 Cuixes de pollastre al forn Raols de pollastre casolanes a la planxa Tomàtiga trempada 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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

*Les pastes seran sense gluten i sense ou.

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



MENÚ 5.2 NO FRUITS SECS NI MARISC OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Llenguado orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4)</p> <p>Aguiat de cap de llom 😊 Raols casolanes d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguets a la bolonyesa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb verdures</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguiat de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raols de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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

MENÚ 5.2.1 NO FRUITS SECS NI MARISC NI CEFALÒPODES OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Llenguado orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó i tonyina (4)</p> <p>Aguaït de cap de llom  Raols casolanes d'indiot a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguets a la bolonyesa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb verdures</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p> Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Hoky orly casolà (3,4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor amb tonyina (4) (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Lluç arrebossat casolà (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiot amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Lluç a la planxa (4)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Rap al forn amb salsa de tomàtiga (4)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguaït de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p> Cuixes de pollastre al forn Raols de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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

MENÚ 5.3 NO FRUITS SECS NI PEIX OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó</p> <p>Aguaït de cap de llom 😊 Raoles casolanes d'indiots a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguets a la bolonyesa (1,3)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb verdures</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>😊 Contraçuixa de pollastre al forn Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb cuixot (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1) o Sopes mallorquines (1)</p> <p>Verdures arrebossades</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat o Crema de mongetes blanques</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa (1,3)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de ciurons</p> <p>Pollastre a l'allet</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Pilotes casolanes de pollastre</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat o Crema de lleties</p> <p>Contraçuixa de pollastre a la planxa</p> <p>Trempó</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Verdures arrebossades</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat d'indiots amb verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Lasanya casolana de pollastre</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Ous remenats amb tomàtiga (3)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguaït de ciurons amb sípia i gambes (2,14)</p> <p>😊 Cuixes de pollastre al forn Raoles de pollastre casolanes a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

En l'elaboració dels plats i en l'amaniment de les ensalades, sempre s'utilitzarà OLI D'OLIVA VERGE.

Les truites s'elaboren amb patates al vapor i es cuinen al forn.

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

MENÚ 6 OVO-LACTI-VEGETARIÀ OCTUBRE 2023

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p>Ensalada de patates al vapor amb ou bullit (3) (pastanaga, ceba, pebre i olives)</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Ciurons amb trempó</p> <p>Raols casolanes de verdures a la planxa</p> <p>Arròs pilaf</p> <p>Fruita</p>	<p>Espaguetis saltejats (1,3)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs de brou amb verdures</p> <p>Truita de patates (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema o Ensalada de mongetes blanques (tomàtiga, blat de les índies i pastanaga)</p> <p>Verdures a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb beixamel i formatge (7)</p> <p>Tomàtiga trempada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb crostons al forn (1)</p> <p>Verdures arrebossades</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat de lleties amb verdures o Crema de lleties</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Tumbet</p> <p>Fruita</p>	FESTIU	
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p>Cuinat de mongetes blanques amb verdures o Crema de mongetes blanques</p> <p>Bròquil orly (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates al vapor (pastanaga i tomàtiga)</p> <p>Truita de carabassó amb ceba (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa amb brou de verdures (1,3)</p> <p>Hamburguesa casolana de verdures</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat de ciurons amb verdures o Crema de ciurons</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs blanc amb salsa de tomàtiga i ou (3)</p> <p>Raols casolanes de verdures a la planxa</p> <p>Pastanaga al vapor</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Sopa amb brou de verdures (1,3)</p> <p>Ous bullits (3) gratinats amb salsa de tomàtiga i formatge (7)</p> <p>Patata i pastanaga al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Cuinat de lleties amb verdures o Crema de lleties</p> <p>Ensalada de quinoa</p> <p>Fruita</p>	<p>Paella de verdures</p> <p>Verdures arrebossades</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carabassa amb crostons al forn (1)</p> <p>Estofat de pèsols i verdures</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Canelons d'espinaçs (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>Truita a la francesa (3)</p> <p>Ensalada adaptada</p> <p>Iogurt (7) o Fruita</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Macarrons saltejats amb verdures (1,3)</p> <p>Ous remenats amb tomàtiga (3)</p> <p>Patates al vapor</p> <p>Fruita</p>	<p>Aguait de ciurons amb verdures</p> <p>Raols casolanes de verdures a la planxa</p> <p>Tomàtiga trempada</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.

