

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
Tallarins amb tomaquet	Verdura tricolor (mongeta tendra, patata i pastanaga)	Sopa de brou amb pasta meravella	Puré de pastanaga	Mongetes blanques a l'hortelana
Bunyols de bacallà	Pernilets de pollastre amb cítrics	Lluç al forn amb llet de patata i ceba	Paella mediterrània (gambeta i calamar)	Truita de carbassó
Amanida enciam, blat de moro	Enciam i pastanaga natural	Patata i ceba		Amanida enciam i tomàquet
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	Fruita de temporada
8	9	10	11	12
Crema de carbassó (carbassó, ceba, patata i rostes de pa)	Espirals a la italiana (amb salsa de tomàquet, formatge ratllat)	Mongeta tendra i patata al vapor	Arròs amb tomàquet	
Hamburguesa 100% de vedella	Filet de lluç amb suquet de pescadors	Rostit de pollastre al forn	Fish and xips cassolà	FESTIU
Amanida enciam i olives	Rodes de patata i picada d'all	Amanida enciam, blat de moro	Xips	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	
15	16	17	18	19
Sopa d'au amb picadillo (ou i pernil cuit) amb fideus	Bledes amb patata saltejades	Arròs napolitana (amb salsa de tomàquet natural)	Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i tonyina, llavors de carbassa	Gratén de patata amb daus pernil cuit
Filet de palometa al forn i daus de carbassó	Pernilets de pollastre a la llimona	Truita a la francesa	Cus-cus amb cigrons	Bacallà amb samfaina
Daus carbassó	Enciam i pastanaga natural	Enciam i remolatxa natural		Samfaina
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Crema de carbassa amb avena	Macarrons amb tomàquet	Llenties amb verdures i arròs integral	Col-liflor i patata gratinada amb beixamel	Sopa de peix amb pasta pistons
Arròs amb sofregit de verdures ceba i daus de pollastre	Cuetes de rap amb picada (amb all i julivert) al forn	Cuixa de pollastre al forn a les fines herbes	Truita de tonyina	Llonganissa de porc amb mongetes seques
	Rodanxa d'albergínia	Amanida enciam, blat de moro	Amanida enciam i pastanaga natural	Mongetes seques
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	Fruita de temporada
29	30	31		
Rissoto de bolets (amb xampinyons i formatge)	Trinxat de la Cerdanya (patata i col)	Crema de verdures		
Croquetes de pollastre	Filet de salmó al forn	Fideuà de marisc		
Enciam i remolatxa natural	Tomàquet provençal			
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada		

*Tots els àpats aniran acompanyats de pa integral

**Totes les fruites, verdures, llegums, pastes i làctics seran de procedència ecològica

***Un cop al mes, vedella i porc de procedència ecològica

www.alimentart.com

Menú revisat nutricionalment pel servei de dietètica d'Alimentart

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
Tallarins amb tomaquet	Verdura tricolor (mongeta tendra, patata i pastanaga)	Sopa de brou amb pasta meravella	Puré de pastanaga	Mongetes blanques a l'hortelana
Bunyols de bacallà	Pernilets de pollastre amb cítrics	Lluç al forn amb llet de patata i ceba	Paella mediterrània (gambeta i calamar)	Truita de carbassó
Amanida enciam, blat de moro	Enciam i pastanaga natural	Patata i ceba		Amanida enciam i tomàquet
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	Fruita de temporada
8	9	10	11	12
Crema de carbassó (carbassó, ceba, patata i rostes de pa)	Espirals a la italiana (amb salsa de tomàquet, formatge ratllat)	Mongeta tendra i patata al vapor	Arròs amb tomàquet	
Hamburguesa 100% de vedella	Filet de lluç amb suquet de pescadors	Rostit de pollastre al forn	Fish and xips cassolà	FESTIU
Amanida enciam i olives	Rodes de patata i picada d'all	Amanida enciam, blat de moro	Xips	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	
15	16	17	18	19
Sopa d'au amb picadillo (ou i pernil cuit) amb fideus	Bledes amb patata saltejades	Arròs napolitana (amb salsa de tomàquet natural)	Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i tonyina, llavors de carbassa	Gratén de patata amb daus pernil cuit
Filet de palometa al forn i daus de carbassó	Pernilets de pollastre a la llimona	Truita a la francesa	Cus-cus amb cigrons	Bacallà amb samfaina
Daus carbassó	Enciam i pastanaga natural	Enciam i remolatxa natural		Samfaina
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Crema de carbassa amb avena	Macarrons amb tomàquet	Llenties amb verdures i arròs integral	Col-liflor i patata gratinada amb beixamel	Sopa de peix amb pasta pistons
Arròs amb sofregit de verdures ceba i daus de pollastre	Cuetes de rap amb picada (amb all i julivert) al forn	Cuixa de pollastre al forn a les fines herbes	Truita de tonyina	Llonganissa de porc amb mongetes seques
	Rodanxa d'albergínia	Amanida enciam, blat de moro	Amanida enciam i pastanaga natural	Mongetes seques
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	Fruita de temporada
29	30	31		
Rissoto de bolets (amb xampinyons i formatge)	Trinxat de la Cerdanya (patata i col)	Crema de verdures		
Croquetes de pollastre	Filet de salmó al forn	Fideuà de marisc		
Enciam i remolatxa natural	Tomàquet provençal			
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada		

*Tots els àpats aniran acompanyats de pa integral

**Totes les fruites, verdures, llegums, pastes i làctics seran de procedència ecològica

***Un cop al mes, vedella i porc de procedència ecològica

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
Tallarins amb tomaquet Peix arrebossat (s/gluten) Control oli fritura Amanida enciam, blat de moro Fruita de temporada	Verdura tricolor (mongeta tendra, patata i pastanaga) Pernillets de pollastre amb cítrics (s/aluten) Enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Sopa de brou amb pasta meravella (s/aluten) Lluç al forn amb llit de patata i ceba Patata i ceba Fruita de temporada	Purè de pastanaga (s/gluten) Paella mediterrània (gambeta i calamar) (s/aluten) logurt	Mongetes blanques a l'hortelana Truita de carbassó (s/gluten) Amanida enciam i tomàquet Fruita de temporada
8	9	10	11	12
Crema de carbassó (carbassó, ceba, patata) s/rostit de pa Hamburguesa 100% de vedella (s/aluten) Amanida enciam i olives Fruita de temporada	Espirals a la italiana (amb salsa de tomàquet, formatge ratllat) Filet de lluç amb suquet de pescadors (s/aluten) Rodes de patata i picada d'all Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata al vapor Rostit de pollastre al forn Amanida enciam, blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Fish and xips cassolà (s/gluten) (control oli fritura) Xips logurt	FESTIU
15	16	17	18	19
Sopa d'au (s/gluten) amb picadillo (ou i pernil cuit s/gluten) amb fideus (s/gluten) Filet de palometa al forn i daus de carbassó Daus carbassó Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades Pernillets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Arròs napolitana (amb salsa de tomàquet natural) Truita a la francesa (s/gluten) Enciam i remolatxa natural Fruita de temporada	Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i tonyina (llavors de carbassa) Cus-cus amb cigrons (s/gluten) logurt	Gratén de patata amb daus pernil cuit (s/gluten) Bacallà amb samfaina (s/gluten) Samfaina Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Crema de carbassa amb civada (s/civada) Arròs amb sofregit de verdures ceba i daus de pollastre Fruita de temporada	Macarrons amb tomàquet Cuetes de rap amb picada (amb all i iulivert) al forn Rodanxa d'albergínia Fruita de temporada	Llenties amb verdures i arròs integral Cuixa de pollastre al forn a les fines herbes Amanida enciam, blat de moro Fruita de temporada	Col-liflor i patata gratinada amb beixamel (s/aluten) Truita de tonyina (s/gluten) Amanida enciam i pastanaga natural logurt	Sopa de peix amb pasta pistons (s/aluten) Llonganissa de porc (s/gluten) amb monaetes seques Mongetes seques Fruita de temporada
29	30	31		
Rissoto de bolets (amb xampinyons i formatge) Pollastre arrebossat (s/gluten) Control oli fritura Enciam i remolatxa natural Fruita de temporada	Trinxat de la Cerdanya (patata i col) (bacó s/aluten ó s/bacó) Filet de salmó al forn Tomàquet provençal (s/gluten) Fruita de temporada	Amanida mezlum/iceberg, ou dur, llavors de lli i pipes de carbassa Fideuà de marisc (s/gluten) Fruita de temporada		

*Tots els àpats aniran acompanyats de pa sense gluten

**Totes les fruites, verdures, llegums, pastes i fàctics seran de procedència ecològica

***Un cop al mes, vedella i porc de procedència ecològica

www.alimentart.com

Menú revisat nutricionalment pel servei de dietètica d'Alimentart

MENÚ ESCOLAR SENSE LACTOSA

NI PLV (proteïnes de la llet de la vaca)

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
Tallarins amb tomaquet Peix arrebossat (s/lactosa ni plv) Amanida enciam, blat de moro Fruita de temporada	Verdura tricolor (mongeta tendra, patata i pastanaga) Pernilets de pollastre amb citrics Enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Sopa de brou amb pasta meravella Lluç al forn amb llet de patata i ceba Patata i ceba Fruita de temporada	Purè de pastanaga (s/lactosa ni plv) Paella mediterrània (gambeta i calamar) Fruita de temporada	Mongetes blanques a l'hortelana Truita de carbassó (s/lactosa ni plv) Amanida enciam i tomàquet Fruita de temporada
8	9	10	11	12
Crema de carbassó (carbassó, ceba, patata i rostes de pa) (s/lactosa ni plv) Hamburguesa 100% de vedella (s/lactosa ni plv) Amanida enciam i olives Fruita de temporada	Espirals a la italiana (amb salsa de tomàquet, formatge ratllat) Filet de lluç amb suquet de pescadors Rodes de patata i picada d'all Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata al vapor Rostit de pollastre al forn Amanida enciam, blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Fish and xips cassolà (s/lactosa ni plv) Xips Fruita de temporada	FESTIU
15	16	17	18	19
Sopa d'au amb picadillo (ou i pernil cuit) amb fideus (s/lactosa ni plv) Filet de palometa al forn i daus de carbassó Daus carbassó Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Arròs napolitana (amb salsa de tomàquet natural) Truita a la francesa (s/lactosa ni plv) Enciam i remolatxa natural Fruita de temporada	Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i tonyina, llavors de carbassa Cus-cus amb cigrons Fruita de temporada	Gratén de patata amb daus pernil cuit (s/formatge) (s/lactosa ni plv) Bacallà amb samfaina Samfaina Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Crema de carbassa amb avena (s/lactosa ni plv) Arròs amb sofregit de verdures ceba i daus de pollastre Fruita de temporada	Macarrons amb tomàquet Cuetes de rap amb picada (amb all i julivert) al forn Rodanxa d'albergínia Fruita de temporada	Llenties amb verdures i arròs integral Cuixa de pollastre al forn a les fines herbes Amanida enciam, blat de moro Fruita de temporada	Col-liflor i patata (s/formatge ni heivame) Truita de tonyina (s/lactosa ni plv) Amanida enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Sopa de peix amb pasta pistons (s/lactosa ni plv) Llonganissa de porc (s/lactosa ni plv) amb mongetes seques Mongetes seques Fruita de temporada
29	30	31		
Rissoto de bolets (amb xampinyons i formatge) Pollastre arrebossat (s/lactosa ni plv) Enciam i remolatxa natural Fruita de temporada	Trinxat de la Cerdanya (patata i col) (s/lactosa ni plv) Filet de salmó i forn Tomàquet provençal Fruita de temporada	Amanida mezcum/iceberg, ou dur, llavors de lli i pipes de carbassa Fideuà de marisc (s/lactosa ni plv) Fruita de temporada		

*Tots els àpats aniran acompanyats de pa integral

**Totes les fruites, verdures, llegums, pastes i làctics seran de procedència ecològica

***Un cop al mes, vedella i porc de procedència ecològica