Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

Vegà

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor amb patata al vapor Tofu a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 577 h.c. 59,1 lip. 27,8 p. 21,2**	**4** Amanida d'enciam, pastanaga, ceba, pebrot i cogombre Cigrons estofats Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 756 h.c. 90,3 lip. 30,5 p. 24,1**	**5** Arròs amb tomàquet Tofu a la planxa amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 741 h.c. 91,2 lip. 33,1 p. 20,6**	**6** Macarrons amb albergínia i tomàquet al·lèrgies Tofu a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 715 h.c. 93,4 lip. 29,3 p. 19,5**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals amb salsa de tomàquet al·lèrgies Tofu a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 680 h.c. 87,2 lip. 28,5 p. 18,9**	**11** Arròs integral amb tomàquet Hamburguesa de soja amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 824 h.c. 104,9 lip. 37,4 p. 16,2**	**12** Crema de pastanaga i ceba Seques saltades amb verdures Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 731 h.c. 91,7 lip. 27,6 p. 21,1**	**13** Mongeta verda amb patata Llenties amb hortalisses Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**
16 Crema de carbassó Tofu a la planxa amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 647 h.c. 59,6 lip. 36,6 p. 19,4**	**17** Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Hamburguesa de soja amb salsa de tomàquet amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1114 h.c. 135,4 lip. 55,0 p. 17,4**	**18** Bledes amb patates al vapor Seques estofades Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 767 h.c. 106,2 lip. 21,3 p. 28,7**	**19** Arròs amb tomàquet Tofu a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 744 h.c. 91,8 lip. 33,1 p. 20,7**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 639 h.c. 86,9 lip. 19,6 p. 23,1**
23 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Tofu a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 494 h.c. 63,4 lip. 19,2 p. 17,3**	**24** Patates estofades Seques saltades amb verdures amb enciam i poma Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 844 h.c. 117,4 lip. 26,2 p. 26,0**	**25** Bròquil amb patata Llenties amb hortalisses Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 682 h.c. 90,2 lip. 19,9 p. 29,0**	**26** Crema de porros Macarrons amb bolonyesa vegetal al·lèrgies Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 816 h.c. 113,2 lip. 30,1 p. 19,7**	**27** Arròs amb bolets Tofu a la planxa amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 849 h.c. 126,2 lip. 27,0 p. 24,9**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-top-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

No carn

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor gratinada Salmó al forn amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 656 h.c. 59,3 lip. 28,8 p. 38,3**	**4** Cigrons estofats Truita amb formatge amb mesclum Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 947 h.c. 80,8 lip. 46,0 p. 47,2**	**5** Paella a la marinera Rap enfarinat amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 875 h.c. 91,5 lip. 34,6 p. 50,1**	**6** Macarrons integrals amb albergínia i tomàquet Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 798 h.c. 85,0 lip. 37,9 p. 26,8**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals amb salsa de bolets Cua de rap al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 668 h.c. 87,0 lip. 23,0 p. 28,0**	**11** Arròs integral amb tomàquet Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 869 h.c. 77,0 lip. 49,0 p. 31,2**	**12** Crema de pastanaga i ceba Seques saltades amb verdures Iogurt natural Pa integral **Kcal. 759 h.c. 85,4 lip. 31,5 p. 24,8**	**13** Llenties estofades Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 633 h.c. 75,8 lip. 19,5 p. 35,6**
16 Crema de carbassó Truita de patata amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 780 h.c. 68,0 lip. 46,0 p. 22,7**	**17** Macarrons integrals amb tomàquet Hamburguesa de soja amb salsa de tomàquet amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1138 h.c. 133,0 lip. 55,0 p. 23,4**	**18** Seques amb hortalisses Truita francesa amb enciam i olives Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 840 h.c. 80,0 lip. 36,9 p. 38,5**	**19** Arròs amb tomàquet Maires a l'andalusa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 778 h.c. 94,8 lip. 31,1 p. 30,6**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 639 h.c. 86,9 lip. 19,6 p. 23,1**
23 Escudella vegetal Truita amb formatge amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 744 h.c. 71,2 lip. 35,7 p. 33,6**	**24** Patates estofades Lluç al forn amb enciam i poma Iogurt natural Pa integral **Kcal. 690 h.c. 74,1 lip. 29,4 p. 30,2**	**25** Llenties amb hortalisses Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 777 h.c. 84,2 lip. 32,4 p. 33,9**	**26** Crema de porros Macarrons integrals amb soja texturitzada i salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 838 h.c. 110,8 lip. 30,1 p. 25,5**	**27** Arròs amb bolets Salmó al forn amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 908 h.c. 123,2 lip. 31,5 p. 32,7**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-top-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

Ovolactovegetarià

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor gratinada Tofu a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 597 h.c. 62,3 lip. 24,3 p. 30,5**	**4** Cigrons estofats Truita amb formatge amb mesclum Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 947 h.c. 80,8 lip. 46,0 p. 47,2**	**5** Arròs amb tomàquet Tofu a la planxa amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 741 h.c. 91,2 lip. 33,1 p. 20,6**	**6** Macarrons integrals amb albergínia i tomàquet Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 798 h.c. 85,0 lip. 37,9 p. 26,8**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals amb salsa de bolets Tofu a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 724 h.c. 90,0 lip. 28,5 p. 26,5**	**11** Arròs integral amb tomàquet Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 869 h.c. 77,0 lip. 49,0 p. 31,2**	**12** Crema de pastanaga i ceba Seques saltades amb verdures Iogurt natural Pa integral **Kcal. 759 h.c. 85,4 lip. 31,5 p. 24,8**	**13** Mongeta verda amb patata Llenties amb hortalisses Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**
16 Crema de carbassó Truita de patata amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 780 h.c. 68,0 lip. 46,0 p. 22,7**	**17** Macarrons integrals amb tomàquet Hamburguesa de soja amb salsa de tomàquet amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1138 h.c. 133,0 lip. 55,0 p. 23,4**	**18** Seques amb hortalisses Truita francesa amb enciam i olives Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 840 h.c. 80,0 lip. 36,9 p. 38,5**	**19** Arròs amb tomàquet Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 806 h.c. 90,5 lip. 39,8 p. 22,4**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 639 h.c. 86,9 lip. 19,6 p. 23,1**
23 Escudella vegetal Truita amb formatge amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 744 h.c. 71,2 lip. 35,7 p. 33,6**	**24** Patates estofades Seques saltades amb verdures amb enciam i poma Iogurt natural Pa integral **Kcal. 872 h.c. 111,1 lip. 30,1 p. 29,7**	**25** Llenties amb hortalisses Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 777 h.c. 84,2 lip. 32,4 p. 33,9**	**26** Crema de porros Macarrons integrals amb soja texturitzada i salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 838 h.c. 110,8 lip. 30,1 p. 25,5**	**27** Arròs amb bolets Tofu a la planxa amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 849 h.c. 126,2 lip. 27,0 p. 24,9**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-top-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

No fruits secs, ou, llegums secs, marisc, peix

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor gratinada Salsitxes de porc a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 774 h.c. 62,8 lip. 43,3 p. 31,5**	**4** Crema de verdura Pollastre a la farigola amb mesclum Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 619 h.c. 52,7 lip. 30,8 p. 31,3**	**5** Arròs amb tomàquet Llom a la planxa amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 722 h.c. 88,2 lip. 29,8 p. 26,2**	**6** Macarrons amb albergínia i tomàquet al·lèrgies Pit de gall dindi a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 656 h.c. 90,4 lip. 23,0 p. 22,1**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals a la panna Ragout d'au a la jardinera Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 716 h.c. 98,9 lip. 21,9 p. 31,0**	**11** Arròs integral amb tomàquet Llom a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 670 h.c. 74,1 lip. 30,4 p. 25,9**	**12** Crema de pastanaga i ceba Pernilets de pollastre rostit amb enciam i blat de moro Iogurt natural Pa integral **Kcal. 661 h.c. 50,4 lip. 38,7 p. 25,9**	**13** Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Llom a la planxa amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 674 h.c. 85,4 lip. 25,5 p. 25,9**
16 Crema de carbassó Pit de gall dindi a la planxa amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 588 h.c. 56,6 lip. 30,3 p. 22,0**	**17** Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Hamburguesa a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1013 h.c. 112,9 lip. 52,9 p. 20,7**	**18** Bledes amb patates al vapor Pollastre al forn amb enciam i olives Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 634 h.c. 48,8 lip. 33,5 p. 33,5**	**19** Arròs amb tomàquet Llom a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 725 h.c. 88,8 lip. 29,8 p. 26,3**	**20** Mongeta verda amb patata Pollastre a la planxa amb arròs pilaf Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 646 h.c. 71,4 lip. 24,5 p. 34,2**
23 Sopa de brou amb pasta al·lèrgies Aletes de pollastre amb espècies amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 533 h.c. 83,7 lip. 13,4 p. 19,4**	**24** Patates estofades Llom rostit amb enciam i poma Iogurt natural Pa integral **Kcal. 720 h.c. 75,6 lip. 30,1 p. 34,1**	**25** Bròquil amb patata Pit de gall dindi a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 534 h.c. 50,0 lip. 24,3 p. 26,5**	**26** Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Llom a la planxa amb mesclum Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 656 h.c. 83,4 lip. 25,2 p. 24,3**	**27** Arròs amb bolets Pollastre a la planxa amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 868 h.c. 123,2 lip. 24,7 p. 37,9**
30 Mongeta verda amb patata Pit de gall dindi a la planxa amb arròs blanc Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 493 h.c. 62,1 lip. 16,7 p. 23,0**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-top-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

No gluten, llenties

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor amb patata al vapor Salsitxes de porc a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 760 h.c. 62,8 lip. 46,4 p. 19,6**	**4** Cigrons estofats Pollastre a la farigola amb mesclum Iogurt natural Pa sense gluten **Kcal. 818 h.c. 80,1 lip. 33,5 p. 41,7**	**5** Paella a la marinera Rap a l'andalusa al·lèrgies amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 755 h.c. 90,3 lip. 27,8 p. 35,1**	**6** Macarrons amb albergínia i tomàquet al·lèrgies Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 780 h.c. 94,3 lip. 36,0 p. 18,4**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 604 h.c. 70,0 lip. 27,0 p. 17,7**	**10** Espirals a la panna Ragout d'au a la jardinera Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 722 h.c. 102,1 lip. 21,5 p. 28,4**	**11** Arròs integral amb tomàquet Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 873 h.c. 79,2 lip. 49,0 p. 28,4**	**12** Crema de pastanaga i ceba Pollastre al forn amb salsa de prunes amb enciam i blat de moro Iogurt natural Pa sense gluten **Kcal. 775 h.c. 65,2 lip. 43,5 p. 25,9**	**13** Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 660 h.c. 87,7 lip. 24,5 p. 20,6**
16 Crema de carbassó Truita de patata amb brots verds Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 784 h.c. 70,2 lip. 46,0 p. 19,9**	**17** Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Hamburguesa a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 1019 h.c. 116,1 lip. 52,5 p. 18,1**	**18** Seques amb hortalisses Pollastre al forn amb enciam i olives Iogurt natural Pa sense gluten **Kcal. 783 h.c. 80,5 lip. 28,0 p. 42,2**	**19** Paella mixta Maires a l'andalusa al·lèrgies amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 772 h.c. 89,9 lip. 27,6 p. 40,3**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 643 h.c. 89,1 lip. 19,6 p. 20,3**
23 Escudella al·lèrgies Aletes de pollastre amb espècies amb enciam i olives Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 545 h.c. 71,8 lip. 18,3 p. 20,7**	**24** Patates estofades Llom rostit amb enciam i poma Iogurt natural Pa sense gluten **Kcal. 726 h.c. 78,8 lip. 29,7 p. 31,5**	**25** Bròquil amb patata Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 717 h.c. 60,9 lip. 39,9 p. 23,9**	**26** Crema de porros Macarrons amb bolonyesa vegetal al·lèrgies Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 822 h.c. 116,4 lip. 29,7 p. 17,1**	**27** Arròs amb bolets Salmó al forn amb patata i ceba Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 912 h.c. 125,4 lip. 31,5 p. 29,9**
30 Mongeta verda amb patata Pit de gall dindi a la planxa amb arròs blanc Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 498 h.c. 64,3 lip. 16,7 p. 20,2**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-top-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

No marisc, peix

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor gratinada Salsitxes de porc a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 774 h.c. 62,8 lip. 43,3 p. 31,5**	**4** Cigrons estofats Pollastre a la farigola amb mesclum Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 814 h.c. 77,9 lip. 33,5 p. 44,5**	**5** Arròs amb tomàquet Llom a la planxa amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 722 h.c. 88,2 lip. 29,8 p. 26,2**	**6** Macarrons integrals amb albergínia i tomàquet Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 798 h.c. 85,0 lip. 37,9 p. 26,8**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals amb salsa de bolets Ragout d'au a la jardinera Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 695 h.c. 91,5 lip. 20,8 p. 34,5**	**11** Arròs integral amb tomàquet Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 869 h.c. 77,0 lip. 49,0 p. 31,2**	**12** Crema de pastanaga i ceba Pollastre al forn amb salsa de prunes amb enciam i blat de moro Iogurt natural Pa integral **Kcal. 769 h.c. 62,0 lip. 43,9 p. 28,5**	**13** Llenties estofades Llom a la planxa amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 652 h.c. 75,7 lip. 20,5 p. 38,1**
16 Crema de carbassó Truita de patata amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 780 h.c. 68,0 lip. 46,0 p. 22,7**	**17** Macarrons integrals amb tomàquet Hamburguesa a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1037 h.c. 110,5 lip. 52,9 p. 26,7**	**18** Seques amb hortalisses Pollastre al forn amb enciam i olives Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 779 h.c. 78,3 lip. 28,0 p. 45,0**	**19** Arròs amb tomàquet Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 806 h.c. 90,5 lip. 39,8 p. 22,4**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 639 h.c. 86,9 lip. 19,6 p. 23,1**
23 Escudella Aletes de pollastre amb espècies amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 523 h.c. 65,3 lip. 17,8 p. 24,6**	**24** Patates estofades Llom rostit amb enciam i poma Iogurt natural Pa integral **Kcal. 720 h.c. 75,6 lip. 30,1 p. 34,1**	**25** Llenties amb hortalisses Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 777 h.c. 84,2 lip. 32,4 p. 33,9**	**26** Crema de porros Macarrons integrals amb soja texturitzada i salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 838 h.c. 110,8 lip. 30,1 p. 25,5**	**27** Arròs amb bolets Pollastre a la planxa amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 868 h.c. 123,2 lip. 24,7 p. 37,9**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-1o-pc-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

No gluten

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor amb patata al vapor Salsitxes de porc a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 760 h.c. 62,8 lip. 46,4 p. 19,6**	**4** Cigrons estofats Pollastre a la farigola amb mesclum Iogurt natural Pa sense gluten **Kcal. 818 h.c. 80,1 lip. 33,5 p. 41,7**	**5** Paella a la marinera Rap a l'andalusa al·lèrgies amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 755 h.c. 90,3 lip. 27,8 p. 35,1**	**6** Macarrons amb albergínia i tomàquet al·lèrgies Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 780 h.c. 94,3 lip. 36,0 p. 18,4**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 604 h.c. 70,0 lip. 27,0 p. 17,7**	**10** Espirals a la panna Ragout d'au a la jardinera Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 722 h.c. 102,1 lip. 21,5 p. 28,4**	**11** Arròs integral amb tomàquet Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 873 h.c. 79,2 lip. 49,0 p. 28,4**	**12** Crema de pastanaga i ceba Pollastre al forn amb salsa de prunes amb enciam i blat de moro Iogurt natural Pa sense gluten **Kcal. 775 h.c. 65,2 lip. 43,5 p. 25,9**	**13** Llenties estofades Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 638 h.c. 78,0 lip. 19,5 p. 32,8**
16 Crema de carbassó Truita de patata amb brots verds Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 784 h.c. 70,2 lip. 46,0 p. 19,9**	**17** Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Hamburguesa a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 1019 h.c. 116,1 lip. 52,5 p. 18,1**	**18** Seques amb hortalisses Pollastre al forn amb enciam i olives Iogurt natural Pa sense gluten **Kcal. 783 h.c. 80,5 lip. 28,0 p. 42,2**	**19** Paella mixta Maires a l'andalusa al·lèrgies amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 772 h.c. 89,9 lip. 27,6 p. 40,3**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 643 h.c. 89,1 lip. 19,6 p. 20,3**
23 Escudella al·lèrgies Aletes de pollastre amb espècies amb enciam i olives Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 545 h.c. 71,8 lip. 18,3 p. 20,7**	**24** Patates estofades Llom rostit amb enciam i poma Iogurt natural Pa sense gluten **Kcal. 726 h.c. 78,8 lip. 29,7 p. 31,5**	**25** Llenties amb hortalisses Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 782 h.c. 86,4 lip. 32,4 p. 31,1**	**26** Crema de porros Macarrons amb bolonyesa vegetal al·lèrgies Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 822 h.c. 116,4 lip. 29,7 p. 17,1**	**27** Arròs amb bolets Salmó al forn amb patata i ceba Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 912 h.c. 125,4 lip. 31,5 p. 29,9**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa sense gluten **Kcal. 640 h.c. 92,8 lip. 17,0 p. 22,0**				

- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-top-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

No ou

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor gratinada Salsitxes de porc a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 774 h.c. 62,8 lip. 43,3 p. 31,5**	**4** Cigrons estofats Pollastre a la farigola amb mesclum Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 814 h.c. 77,9 lip. 33,5 p. 44,5**	**5** Paella a la marinera Rap enfarinat amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 875 h.c. 91,5 lip. 34,6 p. 50,1**	**6** Macarrons amb albergínia i tomàquet al·lèrgies Pit de gall dindi a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 656 h.c. 90,4 lip. 23,0 p. 22,1**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals a la panna Ragout d'au a la jardinera Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 716 h.c. 98,9 lip. 21,9 p. 31,0**	**11** Arròs integral amb tomàquet Llom a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 670 h.c. 74,1 lip. 30,4 p. 25,9**	**12** Crema de pastanaga i ceba Pollastre al forn amb salsa de prunes amb enciam i blat de moro Iogurt natural Pa integral **Kcal. 769 h.c. 62,0 lip. 43,9 p. 28,5**	**13** Llenties estofades Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 633 h.c. 75,8 lip. 19,5 p. 35,6**
16 Crema de carbassó Pit de gall dindi a la planxa amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 588 h.c. 56,6 lip. 30,3 p. 22,0**	**17** Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Hamburguesa a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1013 h.c. 112,9 lip. 52,9 p. 20,7**	**18** Seques amb hortalisses Pollastre al forn amb enciam i olives Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 779 h.c. 78,3 lip. 28,0 p. 45,0**	**19** Paella mixta Maires a l'andalusa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 768 h.c. 87,0 lip. 27,9 p. 43,0**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 639 h.c. 86,9 lip. 19,6 p. 23,1**
23 Escudella al·lèrgies Aletes de pollastre amb espècies amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 541 h.c. 69,6 lip. 18,3 p. 23,5**	**24** Patates estofades Llom rostit amb enciam i poma Iogurt natural Pa integral **Kcal. 720 h.c. 75,6 lip. 30,1 p. 34,1**	**25** Llenties amb hortalisses Pit de gall dindi a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 599 h.c. 75,5 lip. 16,8 p. 33,7**	**26** Crema de porros Macarrons amb bolonyesa vegetal al·lèrgies Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 816 h.c. 113,2 lip. 30,1 p. 19,7**	**27** Arròs amb bolets Salmó al forn amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 908 h.c. 123,2 lip. 31,5 p. 32,7**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-top-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

No llet i derivats

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor amb patata al vapor Salsitxes de porc a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 754 h.c. 59,6 lip. 46,8 p. 22,2**	**4** Cigrons estofats Pollastre a la farigola amb mesclum Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 786 h.c. 84,2 lip. 29,6 p. 40,8**	**5** Paella a la marinera Rap enfarinat amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 875 h.c. 91,5 lip. 34,6 p. 50,1**	**6** Macarrons integrals amb albergínia i tomàquet Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 798 h.c. 85,0 lip. 37,9 p. 26,8**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals amb sofregit Ragout d'au a la jardinera Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 663 h.c. 86,7 lip. 21,0 p. 30,9**	**11** Arròs integral amb tomàquet Truita francesa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 751 h.c. 75,8 lip. 40,4 p. 22,0**	**12** Crema de pastanaga i ceba Pernilets de pollastre rostit amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 633 h.c. 56,7 lip. 34,8 p. 22,2**	**13** Llenties estofades Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 633 h.c. 75,8 lip. 19,5 p. 35,6**
16 Crema de carbassó Truita de patata amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 780 h.c. 68,0 lip. 46,0 p. 22,7**	**17** Macarrons integrals amb tomàquet Hamburguesa a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1037 h.c. 110,5 lip. 52,9 p. 26,7**	**18** Seques amb hortalisses Pollastre al forn amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 751 h.c. 84,6 lip. 24,1 p. 41,3**	**19** Paella mixta Maires a l'andalusa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 768 h.c. 87,0 lip. 27,9 p. 43,0**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 639 h.c. 86,9 lip. 19,6 p. 23,1**
23 Escudella Aletes de pollastre amb espècies amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 523 h.c. 65,3 lip. 17,8 p. 24,6**	**24** Patates estofades Llom rostit amb enciam i poma Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 692 h.c. 81,9 lip. 26,2 p. 30,4**	**25** Llenties amb hortalisses Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 777 h.c. 84,2 lip. 32,4 p. 33,9**	**26** Crema de porros Macarrons integrals amb soja texturitzada i salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 838 h.c. 110,8 lip. 30,1 p. 25,5**	**27** Arròs amb bolets Salmó al forn amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 908 h.c. 123,2 lip. 31,5 p. 32,7**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-1o-pc-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

No fruits secs

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor gratinada Salsitxes de porc a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 774 h.c. 62,8 lip. 43,3 p. 31,5**	**4** Cigrons estofats Pollastre a la farigola amb mesclum Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 814 h.c. 77,9 lip. 33,5 p. 44,5**	**5** Paella a la marinera Rap enfarinat amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 875 h.c. 91,5 lip. 34,6 p. 50,1**	**6** Macarrons integrals amb albergínia i tomàquet Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 798 h.c. 85,0 lip. 37,9 p. 26,8**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals amb salsa de bolets Ragout d'au a la jardinera Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 695 h.c. 91,5 lip. 20,8 p. 34,5**	**11** Arròs integral amb tomàquet Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 869 h.c. 77,0 lip. 49,0 p. 31,2**	**12** Crema de pastanaga i ceba Pernilets de pollastre rostit amb enciam i blat de moro Iogurt natural Pa integral **Kcal. 661 h.c. 50,4 lip. 38,7 p. 25,9**	**13** Llenties estofades Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 633 h.c. 75,8 lip. 19,5 p. 35,6**
16 Crema de carbassó Truita de patata amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 780 h.c. 68,0 lip. 46,0 p. 22,7**	**17** Macarrons integrals amb tomàquet Hamburguesa a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1037 h.c. 110,5 lip. 52,9 p. 26,7**	**18** Seques amb hortalisses Pollastre al forn amb enciam i olives Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 779 h.c. 78,3 lip. 28,0 p. 45,0**	**19** Paella mixta Maires a l'andalusa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 768 h.c. 87,0 lip. 27,9 p. 43,0**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 639 h.c. 86,9 lip. 19,6 p. 23,1**
23 Escudella Aletes de pollastre amb espècies amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 523 h.c. 65,3 lip. 17,8 p. 24,6**	**24** Patates estofades Llom rostit amb enciam i poma Iogurt natural Pa integral **Kcal. 720 h.c. 75,6 lip. 30,1 p. 34,1**	**25** Llenties amb hortalisses Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 777 h.c. 84,2 lip. 32,4 p. 33,9**	**26** Macarrons amb tomàquet Llom a la planxa amb mesclum Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 670 h.c. 81,4 lip. 25,4 p. 28,7**	**27** Arròs amb bolets Salmó al forn amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 908 h.c. 123,2 lip. 31,5 p. 32,7**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**				

Festiu

100% Vegetal

Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Escolar-mes5-1o-pc-C-comm

Ausolan.

COLEGIO SANT JOSEP DE GRACIA

Basal

Novembre 2026

ESCOLAR

Dinar

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 **Festiu**	**3** Coliflor gratinada Salsitxes de porc a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 774 h.c. 62,8 lip. 43,3 p. 31,5**	**4** Cigrons estofats Pollastre a la farigola amb mesclum Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 814 h.c. 77,9 lip. 33,5 p. 44,5**	**5** Paella a la marinera Rap enfarinat amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 875 h.c. 91,5 lip. 34,6 p. 50,1**	**6** Macarrons integrals amb albergínia i tomàquet Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 798 h.c. 85,0 lip. 37,9 p. 26,8**
9 Col i patata a l'allada Mandonguilles de soja amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 600 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 20,5**	**10** Espirals amb salsa de bolets Ragout d'au a la jardinera Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 695 h.c. 91,5 lip. 20,8 p. 34,5**	**11** Arròs integral amb tomàquet Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 869 h.c. 77,0 lip. 49,0 p. 31,2**	**12** Crema de pastanaga i ceba Pollastre al forn amb salsa de prunes amb enciam i blat de moro Iogurt natural Pa integral **Kcal. 769 h.c. 62,0 lip. 43,9 p. 28,5**	**13** Llenties estofades Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 633 h.c. 75,8 lip. 19,5 p. 35,6**
16 Crema de carbassó Truita de patata amb brots verds Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 780 h.c. 68,0 lip. 46,0 p. 22,7**	**17** Macarrons integrals amb tomàquet Hamburguesa a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 1037 h.c. 110,5 lip. 52,9 p. 26,7**	**18** Seques amb hortalisses Pollastre al forn amb enciam i olives Iogurt natural Pa blanc **Kcal. 779 h.c. 78,3 lip. 28,0 p. 45,0**	**19** Paella mixta Maires a l'andalusa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 768 h.c. 87,0 lip. 27,9 p. 43,0**	**20** Mongeta verda amb patata Cigrons amb espinacs Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 639 h.c. 86,9 lip. 19,6 p. 23,1**
23 Escudella Aletes de pollastre amb espècies amb enciam i olives Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 523 h.c. 65,3 lip. 17,8 p. 24,6**	**24** Patates estofades Llom rostit amb enciam i poma Iogurt natural Pa integral **Kcal. 720 h.c. 75,6 lip. 30,1 p. 34,1**	**25** Llenties amb hortalisses Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 777 h.c. 84,2 lip. 32,4 p. 33,9**	**26** Crema de porros Macarrons integrals amb soja texturitzada i salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa integral **Kcal. 838 h.c. 110,8 lip. 30,1 p. 25,5**	**27** Arròs amb bolets Salmó al forn amb patata i ceba Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 908 h.c. 123,2 lip. 31,5 p. 32,7**
30 Mongeta verda amb patata Llenties amb verdures Fruita de temporada Pa blanc **Kcal. 635 h.c. 90,6 lip. 17,0 p. 24,8**				

- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial
- Recomanacions de sopars

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

C-comm-cenas
Escolar-mes5-1opc-