



Els plats contenen:

GLUTEN 

OU 

API 

LLET I DERIVATS 

PROTEÏNA DE VACA 

SULFITS 

LLEGUMS 

PEIX 

FRUITS DE CLOSCA 

Novembre 2018

Escola Cor de Maria



DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOURS 1	DIVENDRES 2
			FESTIU	FESTIU
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8	DIVENDRES 9
MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) 1 2 3 4 TRUITA A LA FRANCESA 5 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) DAUS DE VEDELLA ESTOFATS 6 9 7 8 XAMPINYONS AMB FARIGOLA I LLLIMONA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) 10 BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 12 11 PURÉ DE POMA I PATATA AMB CANYELLA FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES POLLASTRE AMB HERBES AROMÀTIQUES 13 AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i FRUITA DEL TEMPS	CANELONS DE CARN GRATINATS 14 15 17 18 16 19 20 21 BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS 22 23 24 AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i IOGURT
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
FESTIU	MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell) 25 TRUITA DE FORMATGE 26 27 28 JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA AMB CURRY 29 30 DAUS DE GALL D'INDI ESTOFATS 31 CUSCÚS FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB VEGETAL 32 33 BACALLÀ GRATINAT AMB ALLIOLI DE POMA (by Marta Benet) 34 35 36 PASTANAGA ROSTIDA AMB BALSÀMIC DE FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES POLLASTRE EN ESCABETX (ceba, pebre vermell, vinagre, alls i llorer) 37 AMANIDA VARIADA IOGURT
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23
ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i champinyons) LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 39 38 AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	PATATA.PASTANAGA I BRÒQUIL BULLIT POLLASTRE BROASTER 40 41 XAMPINYONS AMB FARIGOLA I LLLIMONA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) 42 TRUITA CASOLANA DE CARBASSÓ, CEBA I PATATA 43 AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I BLAT DE FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 44 45 HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA 47 46 ARRÒS SALTEJAT FRUITA DEL TEMPS	PASTÍS DE MILL (by Rebeca Gordo) 48 49 GALL D'INDI MARINAT AL FORN 50 51 AMANIDA DE COL LLOMBARDA, ENCIAM I IOGURT
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOURS 29	DIVENDRES 30
TRINXAT DE LA Cerdanya (col i patata saltejada amb cansalada) POLLASTRE AMB HERBES AROMÀTIQUES 52 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	BROU CASOLÀ AMB GALETS 53 54 55 56 BACALLÀ AMB RATOUILLE I SUC D'ESPINACS (by Imad) 57 DAUS DE PATATES NATURALS FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFADES (sofregit de ceba,all,pebrot verd i vermell i tomàquet) 58 TRUITA DE GALL D'INDI FUMAT 59 60 AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 61 62 63 CAÇÓ AMB PA DE ROMESCO I EMULSIÓ D'AMETLLES I PASTANAGA (by Marta) FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (crema de porros i patates) 64 65 PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) 66 67 68 69 JULIANA D' ENCIAM IOGURT

Recomanació Sopars

DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) FRUITA DEL TEMPS	MONGETES VERDES SALTEJADES AMB GALL D'INDI TRUITA A LA FRANCESA IOGURT BEGUT	NYOQUIS AMB OLI I ALFÀBREGA TIRES DE POLLASTRE AL CURRI BROQUETA DE FRUITA VARIADA	SOPA MINISTRONE (sopa de verdures amb dauets de verdures) LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA ÇAÇÓ AL FORN FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
	ESPINACS SALTEJATS BISTEC DE VEDELLA AMB SALSAS DE MOSTASSA FRUITA DEL TEMPS	GRAELLA DE VERDURES SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	NYOQUIS AMB OLI I ALFÀBREGA LLUÇ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE VERDURES AMB PISTONS CONILL RUSTIT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
ESPINACS BULLITS AMB PATATES OUS AMB SANFAINA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL CRESTES DE TONYINA FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL GRATINAT AMB FORMATGE LLOM DE SALMÓ AL PAPILOTTE QUALLADA	AMANIDA D'ARRÒS (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (crema de porros i patates) PIZZA CASOLANA DE BACO I XAMPINYONS (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURETES DAUS DE TONYINA SALTEJATS AMB SALSAS DE SOJA FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL GRATINAT AMB FORMATGE LLOM ADOBAT A LA PLANXA IOGURT	GRAELLA DE VERDURES BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ESPÀRRECS AMB ENCIAM I TOMÀQUET AMANIT BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	AMANIDA DE TOMÀQUET I MOZZARELLA TRUITA DE PATATES I CEBAS FRUITA DEL TEMPS

Necessitats Alimentàries Especials

- | | | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|---|----------------------|
| 1. Macarrons s/gluten | 18. Pasta amb tomàquet i tonyina | 35. Lactonesa de poma | 52. Pollastre a la planxa | 69. Pizza de tonyina |
| 2. Pasta s/ou i s/formatge | 19. Pasta gratinada | 36. Carn a la planxa | 53. Pasta sense gluten | |
| 3. Sense formatge | 20. Pasta gratinada | 37. Pollastre a la planxa | 54. Pasta sense ou | |
| 4. Sense formatge | 21. Pasta gratinada | 38. Vedella a la planxa | 55. Sopa de verdures | |
| 5. Truita vegana | 22. Arrebossat sense gluten | 39. Lluç a la planxa | 56. Sense api | |
| 6. Farina s/gluten | 23. Arrebossat sense ou | 40. farina sense gluten | 57. pollastre amb ratatouille i suc
d'espincas | |
| 7. Peix a la planxa | 24. Pollastre a la planxa | 41. arrebossat sense ou | 58. Verdura bullida amb patata | |
| 8. Vedella a la planxa | 25. Menestra de verdures | 42. mongeta tendra amb patata | 59. Truita vegana | |
| 9. Vedella a la planxa | 26. Truita vegana | 43. Truita vegana | 60. Truita francesa | |
| 10. mongeta tendra amb patata | 27. Truita francesa | 44. Sense làctics | 61. caçó arrebossat amb farina s/gluten | |
| 11. Pollastre a la planxa | 28. Truita francesa | 45. Sense làctics | 62. pollastre arrebossat | |
| 12. Bacallà a la planxa | 29. Sense curri | 46. Hamburguesa de peix | 63. sense atmelles | |
| 13. Pollastre a la planxa | 30. Sense curri | 47. Vedella a la planxa | 64. Sense làctics | |
| 14. Canelons s/gluten | 31. Gall d'indi a la planxa | 48. sense formatge | 65. Sense làctics | |
| 15. Pasta s/ou i sense formatge | 32. Sense pèsols | 49. sense formatge | 66. Pizza sense gluten | |
| 16. Canelons d'espínacs | 33. sense api | 50. Farina s/gluten | 67. Sense formatge | |
| 17. Pasta amb tomàquet i tonyina | 34. Farina sense gluten | 51. Sense marinar | 68. Sense formatge | |

Els alumnes d'Educació Infantil, mengen iogurt de postres tots els dilluns i divendres.

"Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT001048)"