



Els plats contenen:

GLUTEN

OU

API

LLET I DERIVATS

PROTEÏNA DE VACA

SULFITS

LLEGUMS

PEIX

FRUITS DE CLOSCA

Abril 2018

Escola del Mar



DILLUNS 2

Festiu

DIMARTS 3

MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana)

4 5 6 7 CROQUETES DE BACALLÀ

8 13 10 11 9 12 JULIANA D' ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 4

BROU CASOLÀ AMB FIDEUS

14 15 16 17 POLLASTRE AMB HERBES AROMÀTIQUES

18 ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT

FRUITA DEL TEMPS

DIJOUS 5

TRINXAT DE LA Cerdanya (col i patata saltejada amb cansalada)

LLOM ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat)

19 20 AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 6

ARRÒS A LA MILANESA (amb salsa de tomàquet, carn trinxada i formatge ratllat)

21 25 22 23 24 LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural)

27 26 AMANIDA DE TEMPORADA

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 9

ESPAGUETIS A LA BOLONYESA (salsa de tomàquet CASOLANA i trinxat de carn)

28 29 31 30 POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural)

32 AMANIDA DE TEMPORADA

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 10

AMANIDA DE PATATA (olives negres,ou dur, tonyina, i julivert)

33 34 MANDONGUILLES AMB SALSÀ

37 35 36 CUSCÚS

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 11

ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET (sofregit casolà)

SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural)

39 38 CARBASSÓ AL FORN

FRUITA DEL TEMPS

DIJOUS 12

CIGRONS, PATATES I PASTANAGUES BULLIDES AMANIDES AMB OLI D' OLIVA

BISTEC DE VEDELLA ARREBOSSAT (farina,ou i pa ratllat)

41 42 43 AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (opcional)

IOGURT

DIVENDRES 13

VICHYSOISE AMB DAUS DE PA (porros i patates)

44 45 46 LLUÇ A LA PLANXA

47 AMANIDA "A LA TEVA MIDA"

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 16

LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)

48 TRUITA DE FORMATGE

49 50 51 AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i

IOGURT

DIMARTS 17

MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES

BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural)

53 52 ALBERGÍNIES AMB MEL (opcional)

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 18

MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana)

54 55 56 57 PIT DE GALL D'INDIA A LA PLANXA

TOMÀQUET AMANIT

FRUITA DEL TEMPS

DIJOUS 19

AMANIDA D'ARRÒS (daus de tomàquet, olives verdes i pinya)

LLUÇ A LA BASCA AMB OU DUR I PÈSOLS

58 61 59 60 VERDURA BULLIDA (temporada)

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 20

CREMA DE VERDURES AMB DAUS DE PA TORRAT

62 63 CANYA DE LLOM A LA PLANXA

AMANIDA VARIADA

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 23



DIMARTS 24

MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell)

65 CAÇÓ A L' ANDALUSA (fregit amb farina)

66 67 AMANIDA D'ENCIAM I SOJA

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 25

BROU CASOLÀ AMB PISTONS

68 69 70 71 HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA

73 72 JARDINERA

FRUITA DEL TEMPS

DIJOUS 26

BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES

CANYA DE LLOM RUSTIDA

74 AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 27

CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA

75 PEIX FRESC DE MERCAT

76 AMANIDA DE TEMPORADA

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 30

Festiu

DIMARTS 1

Festiu

DIMECRES 2

DIJOUS 3

DIVENDRES 4

Recomanació Sopars

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Festiu	MONGETA VERDA SALTEJADA AMB PERNIL BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA IOGURT BEGUT	GRAELLADA DE VERDURES SALMÓ AMB SALSÀ D'ALLS FRUITA DEL TEMPS	HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE VERDURES LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	COL-I-FLOR AMB BEIXAMEL DE CEPES PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
PURÉ DE VERDURES LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ IOGURT	AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanagues i daus de tomàquet) SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES VERDES SALTEJADES AMB BACÓ TRUITA DE XAMPINYONS MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	ESPINACS A LA CREMA AMB BACÓ LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB BRÒQUIL CREP DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE HAVARTI AMB ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
ESPINACS BULLITS AMB PATATES BISTEC DE VEDELLA AMB SALSÀ DE MOSTASSA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET (sofregit casolà) CONILL RUSTIT FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO ORADA A L'ESPASA FRUITA DEL TEMPS	CREMA FREDA DE MELÓ AMB ENCENALLS DE PERNIL PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA CUALLADA	HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE VERDURES CALAMARS AMB ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
ESPINACS BULLITS CROQUETES CASSOLANES DE QUINOA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES CONILL A L'ALL CREMAT IOGURT	MONGETES VERDES SALTEJADES TRUITA DE FORMATGE MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL TONYINA AMB SAMFAINA FRUITA DEL TEMPS	CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL-LITZADA ORADA A L'ESPASA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 30	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
Festiu	Festiu			

Necessitats Alimentàries Especials

- | | | | | |
|------------------------------|---------------------------|-------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|
| 1. mongeta tendra amb patata | 18. Pollastre a la planxa | 35. Mandonguilles casolanes de peix | 52. Pollastre a la planxa | 69. Pasta sense gluten |
| 2. Hamburguesa de peix | 19. Arrebossat s/gluten | 36. Vedella a la planxa | 53. Bacallà a la planxa | 70. Pasta sense ou |
| 3. Vedella a la planxa | 20. Arrebossat sense ou | 37. Vedella a la planxa | 54. Macarrons s/gluten | 71. Sopa de verdures |
| 4. Macarrons s/gluten | 21. Arròs amb tomàquet | 38. Gall d'indi al forn | 55. Pasta s/ou i s/formatge | 72. Sense api |
| 5. Pasta s/ou i s/formatge | 22. Arròs amb tomàquet | 39. Salmó a la planxa | 56. Sense formatge | 73. Hamburguesa de peix |
| 6. Sense formatge | 23. Arròs amb tomàquet | 40. Verdura bullida amb patates | 57. Sense formatge | 74. Vedella a la planxa |
| 7. Sense formatge | 24. Arròs amb tomàquet | 41. Arrebossat s/gluten | 58. Lluç a la planxa | 75. Cuiat sense vi |
| 8. Croquetes s/gluten | 25. Arròs amb tomàquet | 42. Arrebossat sense ou | 59. Carn a la planxa | 76. Daus de pa s/gluten |
| 9. Llom arrebossat | 26. Vedella a la planxa | 43. Peix arrebossat | 60. Sense pèsols | 77. Llom a la planxa |
| 10. Peix arrebossat | 27. Lluç a la planxa | 44. Pa s/gluten | 61. Lluç a la planxa | 78. Daus de pa s/gluten |
| 11. Peix arrebossat | 28. Pasta sense gluten | 45. Sense làctics | 62. Daus de pa s/gluten | 79. Llonzes a la planxa |
| 12. Bacallà arrebossat | 29. Pasta sense ou | 46. Sense làctics | 63. Sense api | 80. Llonzes a la planxa |
| 13. Bacallà arrebossat | 30. Salsa napolitana | 47. Vedella a la planxa | 64. Llom a la planxa | |
| 14. Pasta s/gluten | 31. Salsa napolitana | 48. mongeta tendra amb patata | 65. Pollastre a la planxa | |
| 15. Pasta sense ou | 32. Pollastre a la planxa | 49. Truita vegana | 66. Menestra de verdures | |
| 16. Sopa de verdures | 33. Sense ou | 50. Truita francesa | 67. Farina sense gluten | |
| 17. Sense api | 34. Sense tonyina | 51. Truita francesa | 68. Pollastre a la planxa | |

- Cada àpat anirà acompanyat d'una ració de pa. Els dimarts i els dijous serà integral.
- Tota la verdura és fresca i de proximitat (excepte la mongeta tendra i els bolets).
- El pollastre és "PIO".
- Totes les llegums són de cultiu ecològic.

EL DIA 23 HI HAURÀ MENÚ ESPECIAL PER LA DIADA DE SANT JORDI:

1r PLAT: Arròs de Sant Jordi
 2n PLAT: Pernillets de drac amb daus de patates
 POSTRES: Gelat de roses

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



Els plats contenen:

GLUTEN 

OU 

API 

LLET I DERIVATS 

PROTEÏNA DE VACA 

SULFITS 

LLEGUMS 



























































































PEIX 

FRUITS DE CLOSCA 

Maig 2018

Escola del Mar



DILLUNS 30	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
Festiu	Festiu	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) CROQUETES DE BACALLÀ 8  13  10  11  9  12  JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) TRUITA DE PERNIL DOLÇ 14  15  AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS 16 	AMANIDA CATALANA (enciam, tomàquet, olives verdes, formatge, pernil dolç i llonganissa) 20  17  18  19  POLLASTRE A LES FINES HERBES 21  24  22  23  AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
VICHYSSEOISE AMB DAUS DE PA (porros i patates) 25  26  27  HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA 29  28  VERDURA A LA PLANXA/FORN (temporada) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS FREGIT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda i pastanaga) SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 31  30  AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) 32  33  AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	CREMA FREDA DE PÈSOLS AMB DAUS DE PA 34  35  LLUÇ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) 36  37  PATATES "PANADERES" GELAT	
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
CREMA DE VERDURES AMB DAUS DE PA TORRAT 43  44  POLLASTRE AMB HERBES AROMÀTIQUES 45  CUSCÚS FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE VERDURES (ceba, pebrot vermell i verd, porros i mongeta tendra) 48  46  47  DAUS DE VEDELLA ESTOFATS 49  52  50  51  TOMÀQUET AMANIT FRUITA DEL TEMPS	TALLARINES A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) 53  54  57  55  56  BACALLÀ AMB SALSA DE TOMÀQUET GRATINAT AMB ALL I OLI 58  59  JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	COL I PATATA BULLIDA BOTIFARRA A LA PLANXA 60  ALBERGÍNIES A LA ROMANA (fregides amb FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS 61  LLUÇ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) 62  63  AMANIDA VARIADA IOGURT
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Festiu	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) CROQUETES DE BACALLÀ 64  69  66  67  65  68  JULIANA D' ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS (sofregit de ceba,all,pebrot verd i vermell i tomàquet) 70  HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA 72  71  PATATES FREGIDES GELAT	CANELONS DE CARN GRATINATS 73  74  76  77  75  78  79  80  PEIX FRESC DE MERCAT 81  AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (opcional) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA 82  CANYA DE LLOM RUSTIDA 83  AMANIDA DE SOJA (pastanaga, brots de soja i FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
AMANIDA D'ARRÒS (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) DAUS DE VEDELLA ESTOFATS 84  87  85  86  MONGETES VERDES SALTEJADES FRUITA DEL TEMPS	MENESTRA CASOLANA (patata, mongeta verda, pastanaga i carbassó) AMB MAIONESA 88  89  BASTONETS DE POLLASTRE AMB "QUICOS" 90  91  92  93  CUSCÚS FRUITA DEL TEMPS	ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) 94  95  96  97  BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 99  98  AMANIDA D' ENCIAM,OLIVES I BLAT DE FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA SALSITXES A LA PLANXA 100  101  AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i FRUITA DEL TEMPS	

Recomanació Sopars

DILLUNS 30	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
Festiu	Festiu	AMANIDA DE TOMÀQUET I MOZZARELLA LLOM DE PORC A LA SAL IOGURT	GASPATXO CONILL EN SALSÀ FRUITA DEL TEMPS	COL-I-FLOR AMB BEIXAMEL DE CEPS LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
QUINOA AMB BRÒQUIL MARMITAKO DE TONYINA FRUITA DEL TEMPS	ESPINACS BULLITS AMB PATATES BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES SEQUES SALTEJADES AMB VERDURES SÍPIA A LA PLANXA IOGURT	GRAELLADA DE VERDURES CONILL A L'ALL CREMAT BROQUETA DE FRUITA VARIADA	VICHYSOISE (crema de porros i patates) PANNINI DE TONYINA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA SALMÓ A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ (patata i ceba) ORADA A L'ESPASA FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES PIT DE GALL D'INDI A LA CREMA DE MOSTASSA IOGURT	AMANIDA VERDA AMB NOUS I DAUS DE PERNIL CUIT SÍPIA A LA PLANXA MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	GASPATXO TRUITA DE FORMATGE FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Festiu	BLEDES AMB PATATES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB BACÓ FRUITA DEL TEMPS	COL-I-FLOR GRATINADA AMB BEIXAMEL I FORMATGE LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	MENESTRA CASOLANA (patata, mongeta verda, pastanaga, pèsols i carbassó) TRUITA A LA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB BRÒQUIL PANNINI DE TONYINA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
MONGETES VERDES SALTEJADES AMB GALL D'INDI ORADA A L'ESPASA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	AMANIDA DE MONGETES SEQUES (tonyina, pastanaga ratllada i tomàquet) REMENAT D'OUS AMB ESPÀRRECS IOGURT BEGUT	NYOQUIS AMB OLI I ALFÀBREGA QUICHE D'ESPINACS I FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	

Necessitats Alimentàries Especials

1. Pasta sense gluten	18. Amanida amb pernil cuit	35. Crema de verdures	52. Vedella a la planxa	69. Bacallà arrebossat	86. Vedella a la planxa
2. Pasta sense ou	19. Amanida amb formatge	36. Farina sense gluten	53. Pasta sense gluten	70. Verdura bullida amb patata	87. Vedella a la planxa
3. Salsa napolitana	20. Sense vinagre	37. Carn a la planxa	54. Pasta sense ou	71. Hamburguesa de peix	88. Sense maionesa
4. Salsa napolitana	21. Farina s/gluten	38. Producte s/gluten	55. Salsa napolitana	72. Vedella a la planxa	89. Sense maionesa
5. Salsa napolitana	22. Gall d'indi a la planxa	39. Salsa sense gluten	56. Salsa napolitana	73. Canelons s/gluten	90. Arrebossat s/gluten
6. Pollastre a la planxa	23. Sense api	40. Llom a la planxa	57. Salsa napolitana	74. Pasta s/ou i sense formatge	91. Arrebossat s/ou i s/maionesa
7. Bacallà a la planxa	24. Cuiinat sense vi	41. Llom a la planxa	58. Farina s/gluten	75. Canelons d'espinacs	92. Arrebossat sense "quicos"
8. Croquetes s/gluten	25. Pa s/gluten	42. Llom a la planxa	59. Vedella a la planxa	76. Pasta amb tomàquet i tonyina	93. Sense maionesa
9. Llom arrebossat	26. Sense làctics	43. Daus de pa s/gluten	60. Llom a la planxa	77. Pasta amb tomàquet i tonyina	94. Pasta sense gluten
10. Peix arrebossat	27. Sense làctics	44. Sense api	61. Arròs amb verdures	78. Pasta gratinada	95. Pasta sense ou
11. Peix arrebossat	28. Hamburguesa de peix	45. Pollastre a la planxa	62. Farina sense gluten	79. Pasta gratinada	96. Sense formatge
12. Bacallà arrebossat	29. Vedella a la planxa	46. Sense pèsols	63. Carn a la planxa	80. Pasta gratinada	97. Sense formatge
13. Bacallà arrebossat	30. Gall d'indi al forn	47. Sense apio	64. Croquetes s/gluten	81. Llom a la planxa	98. Pollastre a la planxa
14. mongeta tendra amb patata	31. Salmó a la planxa	48. Arròs saltejat amb verdures	65. Llom arrebossat	82. Daus de pa s/gluten	99. Bacallà a la planxa
15. Truita vegana	32. Arrebossat s/gluten	49. Farina s/gluten	66. Peix arrebossat	83. Cuiinat sense vi	100. Sense làctics
16. Truita francesa	33. Arrebossat sense ou	50. Peix a la planxa	67. Peix arrebossat	84. Farina s/gluten	101. Sense làctics
17. Amanida amb pernil cuit	34. Daus de pa s/gluten	51. Vedella a la planxa	68. Bacallà arrebossat	85. Peix a la planxa	102. Llom a la planxa

- Cada àpat anirà acompanyat d'una ració de pa. Els dimarts i els dijous serà integral.
- Tota la verdura és fresca i de proximitat (excepte la mongeta tendra i els bolets).
- El pollastre és "PIO".
- Totes les llegums són de cultiu ecològic.

EL DIA 11 HI HAURÀ MENÚ ESPECIAL PER LA JORNADA DE SANT PONÇ:

1r PLAT: Espaguetis a la napolitana
2n PLAT: Llom a la planxa a les fines herbes amb amanida amb vinagreta de mermelada
POSTRE ESPECIAL

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



Els plats contenen:

GLUTEN

OU

API

LLET I DERIVATS

PROTEÏNA DE VACA

SULFITS

LLEGUMS

PEIX

FRUITS DE CLOSCA

Juny 2018

Escola del Mar



DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
				LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) LLUÇ A LA ROMANA (amb farina i ou) 2 3 4 AMANIDA VARIADA IOGURT
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
ESPAGUETIS A LA BOLONYESA (salsa de tomàquet CASOLANA i trinxat de carn) 5 6 8 7 POLLASTRE AMB HERBES AROMÀTIQUES 9 AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA (olives negres, ou dur, tonyina, i julivert) 10 11 MANDONGUILLES AMB SALS 14 12 13 CUSCÚS FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀQUET (sofregit casolà) SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 16 15 CARBASSÓ AL FORN FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS, PATATES I PASTANAGUES BULLIDES AMANIDES AMB OLI D' OLIVA 17 BISTEC DE VEDELLA ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) 18 19 20 AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (opcional) GELAT	VICHYSOISE AMB DAUS DE PA (porros i patates) 21 22 23 LLUÇ A LA PLANXA 24 AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) 25 TRUITA DE FORMATGE 26 27 28 AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i IOGURT	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 30 29 ALBERGÍNIES AMB MEL (opcional) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) 31 32 33 34 PIT DE GALL D'INDIA A LA PLANXA TOMÀQUET AMANIT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) LLUÇ A LA BASCA AMB OU DUR I PÈSOLS 35 38 36 37 VERDURA BULLIDA (temporada) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES AMB DAUS DE PA TORRAT 39 40 DAUS DE LLOM ESTOFATS 41 AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ARRÒS TRES DELÍCIES (pastanaga, blat de moro i truita) 42 POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) 43 AMANIDA D'ENCIAM I SOJA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell) 44 CAÇÓ A L' ANDALUSA (fregit amb farina) 45 46 AMANIDA DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA 47 CANYA DE LLOM RUSTIDA 48 JARDINERA FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES PEIX FRESC DE MERCAT 49 AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	<i>¡Felices Vacaciones!</i>
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29

Recomanació Sopars

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
				CREMA FREDA DE MELÓ AMB ENCENALLS DE PERNIL CONILL A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
PURÉ DE VERDURES LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ IOGURT	AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanagues i daus de tomàquet) SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES VERDES SALTEJADES AMB BACÓ TRUITA DE XAMPINYONS MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	ESPINACS A LA CREMA AMB BACÓ LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB BRÒQUIL CREP DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE HAVARTI AMB ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
ESPINACS BULLITS AMB PATATES BISTEC DE VEDELLA AMB SALSA DE MOSTASSA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) CONILL RUSTIT FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO ORADA A L'ESPASA FRUITA DEL TEMPS	CREMA FREDA DE MELÓ AMB ENCENALLS DE PERNIL PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA CUALLADA	HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE VERDURES CALAMARS AMB ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ESPINACS BULLITS CROQUETES CASSOLANES DE QUINOA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES CONILL A L'ALL CREMAT IOGURT	CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL-LITZADA TRUITA DE FORMATGE MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL GALL D'INDI MARINAT AL FORN FRUITA DEL TEMPS	MONGETES VERDES SALTEJADES ORADA A L'ESPASA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29

Necessitats Alimentàries Especials

- | | | | |
|------------------------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 1. mongeta tendra amb patata | 18. Arrebossat s/gluten | 35. Lluç a la planxa | 52. Sense formatge |
| 2. Farina s/gluten | 19. Arrebossat sense ou | 36. Carn a la planxa | 53. Sense formatge |
| 3. Arrebossat sense ou | 20. Peix arrebossat | 37. Sense pèsols | 54. Hamburguesa de peix |
| 4. Llom arrebossat | 21. Pa s/gluten | 38. Lluç a la planxa | 55. Vedella a la planxa |
| 5. Pasta sense gluten | 22. Sense làctics | 39. Daus de pa s/gluten | |
| 6. Pasta sense ou | 23. Sense làctics | 40. Sense api | |
| 7. Salsa napolitana | 24. Vedella a la planxa | 41. Llom a la planxa | |
| 8. Salsa napolitana | 25. mongeta tendra amb patata | 42. Sense truita | |
| 9. Pollastre a la planxa | 26. Truita vegana | 43. Pollastre a la planxa | |
| 10. Sense ou | 27. Truita francesa | 44. Menestra de verdures | |
| 11. Sense tonyina | 28. Truita francesa | 45. Farina sense gluten | |
| 12. Mandonguilles casolanes | 29. Pollastre a la planxa | 46. Pollastre a la planxa | |
| 13. Vedella a la planxa | 30. Bacallà a la planxa | 47. Daus de pa s/gluten | |
| 14. Vedella a la planxa | 31. Macarrons s/gluten | 48. Llom a la planxa | |
| 15. Gall d'indi al forn | 32. Pasta s/ou i s/formatge | 49. Llom a la planxa | |
| 16. Salmó a la planxa | 33. Sense formatge | 50. Pasta sense gluten | |
| | 34. Sense formatge | 51. Pasta sense ou | |

17. Verdura bullida amb patates
- Cada àpat anirà acompanyat d'una ració de pa. Els dimarts i els dijous serà integral.
 - Tota la verdura és fresca i de proximitat (excepte la mongeta tendra i els bolets).
 - El pollastre és "PIO".
 - Totes les llegums són de cultiu ecològic.

EL DIA 22 HI HAURÀ MENÚ ESPECIAL AMB MOTIU DE A CELEBRACIÓ DE FI DE CURS

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