


MENÚ NOVEMBRE 2023

PLAT TRADICIONAL: MARROC

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ AMB CIGRONS (1,3,9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
SOPAR			DIA DE TOTS SANTS	Purè de verdures amb patata i ou bullit fruita del temps	Indiot a la planxa amb arròs i bròquil fruita del temps
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROTS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE VERDURES (1,3) RABES DE CALAMAR (1,14) ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALS D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	Truita de pernil + quinoa amb xerri fruita del temps	Pollastre a la planxa amb arròs i mongeta verda fruita del temps	Sopa de peix + peix bullit amb verdures fruita del temps	Indiot a la planxa amb cuscús i xampinyons fruita del temps	Lluç al forn amb moniato i carbassó fruita del temps
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	Quinoa amb verdures fruita del temps	Salsitxes amb pisto i arròs fruita del temps	Amanida de pa amb oli de truita fruita del temps	Aguiat de pollastre amb verdures i patata fruita del temps	Sopa + costelles de mé amb amanida fruita del temps
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (1) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB PILOTETES DE CARN MIXTA (1,3,6,9,12) GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB SALS (4,7,8): ceba, all, nata i picada d'ametlles BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA CÉSAR AMB CROSTONS (1,3,6, 7,9,10): lletuga, formatge, pollo i crostons ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
SOPAR	Truita de patata amb pèsols saltejats fruita del temps	Purè de verdures + indiot amb pastanaga fruita del temps	Daurada al forn amb patata i mongeta verda fruita del temps	Sopa + pollastre a la planxa amb verdures saltejades fruita del temps	Pastís de peix i porro amb moniato fruita del temps
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ MIXTA (1,2,3,4,14) LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	
SOPAR	Bacallà amb pèsols i pastanaga saltejada fruita del temps	Ous a la planxa amb coliflor i moniato fruita del temps	Hamburguesa amb bulgur i verdures fruita del temps	Sopa de peix + bullit de peix amb verdures i patata fruita del temps	



MENÚ NOVEMBRE 2023


PLAT TRADICIONAL: MARROC

Informació sobre els nostres menús
<p>Sempre hi ha Pa moreno integral de forn de llenya (producte local) d'acompanyament i aigua embotellada Les amanides estan trempades amb oli d'oliva extra verge premsat en fred Els nostres iogurts són naturals i no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml En ocasions utilitzem pastes i arrossos integrals. Destacats en el text amb color marró Totes les nostres llegums són seques e hidratades previament abans de ser cuinades Tot el nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible certificada). El 5% de les nostres carns d'au tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal. Utilitzem Plats tradicionals de les Illes Balears destacats en el text amb lila Utilitzem un 10% de Productes ecològics, destacats en el text amb verd Un 10% dels nostres ingredients i/o productes són de proximitat i de km0. El producte a servir dependrà de l'epoca de lany. Utilitzem Productes de temporada segons el calendari APAEMA:</p>
<p>* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui certificat mèdic.</p>
<p>* en cas de dieta blana i estingent (mal de panxa) es donarà: sopa d'arròs o puré de pastanaga + segon plat de carn o peix bullit, al forn o a la planxa amb patata, pastanaga o arròs blanc bullit de guarnició.</p>
<p>* en cas de dieta sense carn de porc per creencies religioses, se li donarà com a substitució pollastre, indiòt, vedella, peix o ou.</p>
<p>Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentació en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.</p>
<p>AQUEST ANY HEM VOLGUT INCORPORAR UN PROJECTE DE DIVERSITAT DE PAISOS, PER AQUEST MOTIU CADA MES HI HA UN PLAT TIPIC DE DIFERENTS PAISOS</p>
<p>Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruïts secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces</p>

GUIA PER A L'ELABORACIÓ DE BERENARS SALUDABLES			
BERENAR A CASA			
ELS BERENARS HAN DE SER COMPOSTOS PELS SEGÜENTS GRUPS D'ALIMENTS:			
<p style="text-align: center;">FARINACIS (a base de cereals y pseudocereals preferentment integrals tipo pa, avena, quinoa)</p>	<p style="text-align: center;">LÀCTIC (llets, iogurts, formatges) o BEGUDES VEGETALS</p>	<p style="text-align: center;">FRUITA i/o FRUITS SECS i/o FRUITA SECA</p>	<p style="text-align: center;">TAMBÉ PODEM AFEGIR VEGETALS I LLEGUMS, LLABORS, OUS I EN OCASIONS ALGÚN EMBUTIT</p>
<p>EXEMPLES PER CASA:</p> <p style="text-align: center;">llet + cereals + peça de fruita batut de (kiwi o maduixes o taronja, grapat d'espínacs frescos i aigua) + pa moreno amb formatge o humus iogurt amb flocs d'avena i trossos de fruita llet d'ametlla + pa moreno amb formatge i figues seques llet + pa moreno amb mermelada ecològica</p>			
<p>EL BERENAR DE L'ESCOLA POT ESTAR COMPOST PELS GRUPS PRINCIPALS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN EL TR BERENAR O PER 3, 2 I FINS I TOT 1 GRUP D'ALIMENTS</p>			

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB SALSAS (4,7,8): ceba, all, nata i picada d'ametlles BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO GLUTEN

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lletnies d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN NI FRUITS SECS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES I PASTANAGA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO GLUTEN NI FRUITS SECS

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN O FRUITS SECS, seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maïzena o de ciuró (PER EVITAR TRACES DE FRUITS DE CLOSCA,8). Les lletnies d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN, OU, LACTOSA NI PVL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSA DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES INDIOT A LA PLANXA CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT DE SOJA (6)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSA DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega INDIOT A LA PLANXA COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS SENSE LLET PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT DE SOJA (6)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS SENSE LLET POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO GLUTEN, OU NI LACTOSA NI PVL

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, OU, LACTOSA I PVL seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lletnies d'aquest menú son garantitzades sense gluten. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRIA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN, LACTOSA NI PVL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSA DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT DE SOJA (6)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSA DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS SENSE LLET PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT DE SOJA (6)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS SENSE LLET TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO GLUTEN, NI LACTOSA NI PVL

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, LACTOSA I PVL seràn substituïdes per productes similars a les del menú general: LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lletnies d'aquest menú son garantitzades sense gluten. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRÍA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN, OU, LACTOSA NI PVL NI LLEGUM

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN SENSE CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS AMB BROU DE VERDURES HAMBURGUESA CASOLANA DE CARN DE POLLASTRE SENSE ALÈRGENS LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA INDIOT A LA PLANXA CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) BRÒQUIL BULLIT FRUITA DEL TEMPS	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega INDIOT A LA PLANXA COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE TOMÀTIGA PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I ALL POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) SENSE PÈSOLS HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA SENSE PÈSOLS NI MONGETA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS SENSE LLET POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE MAIZENA (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	




NO GLUTEN, OU, LACTOSA NI PVL, NI FRUITS SECS NI LLEGUM

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, FRUITS SECS, OU, LACTOSA O LLEGUM I MONGETA VERDA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lleties d'aquest menú son garantitzades sense gluten. (PER EVITAR QUALSEVOL TRAÇA DE FRUITS AMB CLOSCA (8)). totes es elaboracions que portin LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRIA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO OU

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES INDIOT A LA PLANXA CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega INDIOT A LA PLANXA COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB SALSAS (4,7,8): ceba, all, nata i picada d'ametlles BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO OU

En aquest menú totes es elaboracions que portin OU seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO LLEGUM

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ SENSE CIGRONS (1,3,9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS AMB BROU DE VERDURES HAMBURGUESA CASOLANA DE CARN DE POLLASTRE SENSE ALÈRGENS LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSAS DE VERDURES (1,3) RABES DE CALAMAR (1,14) ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) BRÒQUIL BULLIT IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	PURÉ DE CARBASSÓ CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PASTA AMB SALSAS DE TOMÀTIGA (1,3) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	PASTA SALTEJADA AMB OLI I ALL (1,3) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE PILOTES (1,3,9) GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) SENSE PÈSOLS TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB SALSAS (4,7,8): ceba, all, nata i picada d'ametlles BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA SENSE PÈSOLS NI MONGETA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE MAIZENA (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CREMA DE CARBASSA TIRÉS DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	



NO LLEGUM

En aquest menú totes es elaboracions que portin LLEGUM I MONGETA VERDA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO PEIX NI MARISC

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ AMB CIGRONS (1,3,9) TRUITA FRANCESA (3) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS AMB BROU DE VERDURES HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE VERDURES (1,3) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga i olives INDIOT A LA PLANXA MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSA D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA OUS BULLITS (3): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) POLLASTRE A LA PLANXA AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (1) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB PILOTETES DE CARN MIXTA (1,3,6,9,12) HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE SENSE ALÈRGENS CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTILA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	



NO PEIX NI MARISC

En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I/O MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO LACTOSA NI PVL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ AMB CIGRONS (1,3,9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE VERDURES (1,3) RABES DE CALAMAR (1,14) ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT DE SOJA (6)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALS DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS SENSE LLET PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (1) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB PILOTETES DE CARN MIXTA (1,3,6,9,12) GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT DE SOJA (6)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSOISE DE PORROS SENSE LLET TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ MIXTA (1,2,3,4,14) LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	



NO LACTOSA NI PROTEINA DE LE LLET DE VACA (PVL)

En aquest menú totes es elaboracions que portin LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRÍA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes alèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO FRUITS SECS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES I PASTANAGA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA , LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO FRUITS SECS

En aquest menú totes les elaboracions que portin FRUITS SECS seran substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU per evitar possibles conatminacions creuades. Els arrebossats seran casolans elaborats amb farina de maïzena o de ciuró. Les lleties d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO PEIX NI MARISC NI LACTOSA

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ AMB CIGRONS (1,3,9) TRUITA FRANCESA (3) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS AMB BROU DE VERDURES HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE VERDURES (1,3) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga i olives INDIOT A LA PLANXA MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT DE SOJA (6)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSA DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA OUS BULLITS (3): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS SENSE LLET POLLASTRE A LA PLANXA AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (1) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB PILOTETES DE CARN MIXTA (1,3,6,9,12) HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE SENSE ALÈRGENS CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTILA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT DE SOJA (6)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS SENSE LLET TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	



NO PEIX NI MARISC NI LACTOSA

En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I /O MARISC NI LACTOSA NI PVL seran substituïdes per productes similars a les del menú general. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRÍA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO FRUITS SECS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES I PASTANAGA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO FRUITS SECS

En aquest menú totes les elaboracions que portin FRUITS SECS seran substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU per evitar possibles conatminacions creuades. Els arrebossats seran casolans elaborats amb farina de maïzena o de ciuró. Les lleties d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO LACTOSA NI PVL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ AMB CIGRONS (1,3,9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE VERDURES (1,3) RABES DE CALAMAR (1,14) ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT DE SOJA (6)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALS DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS SENSE LLET PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (1) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB PILOTETES DE CARN MIXTA (1,3,6,9,12) GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT DE SOJA (6)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSOISE DE PORROS SENSE LLET TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ MIXTA (1,2,3,4,14) LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	



NO LACTOSA NI PROTEINA DE LE LLET DE VACA (PVL)

En aquest menú totes es elaboracions que portin LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRÍA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes alèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO PEIX NI MARISC

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ AMB CIGRONS (1,3,9) TRUITA FRANCESA (3) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS AMB BROU DE VERDURES HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROTS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE VERDURES (1,3) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga i olives INDIOT A LA PLANXA MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSA D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA OUS BULLITS (3): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) POLLASTRE A LA PLANXA AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (1) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB PILOTETES DE CARN MIXTA (1,3,6,9,12) HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE SENSE ALÈRGENS CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTILA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	



NO PEIX NI MARISC

En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I/O MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO LLEGUM

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ SENSE CIGRONS (1,3,9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS AMB BROU DE VERDURES HAMBURGUESA CASOLANA DE CARN DE POLLASTRE SENSE ALÈRGENS LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSAS DE VERDURES (1,3) RABES DE CALAMAR (1,14) ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) BRÒQUIL BULLIT IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	PURÉ DE CARBASSÓ CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PASTA AMB SALSAS DE TOMÀTIGA (1,3) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	PASTA SALTEJADA AMB OLI I ALL (1,3) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE PILOTES (1,3,9) GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) SENSE PÈSOLS TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB SALSAS (4,7,8): ceba, all, nata i picada d'ametlles BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA SENSE PÈSOLS NI MONGETA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE MAIZENA (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CREMA DE CARBASSA TIRÉS DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	




NO LLEGUM

En aquest menú totes es elaboracions que portin LLEGUM I MONGETA VERDA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO OU

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES INDIOT A LA PLANXA CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega INDIOT A LA PLANXA COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB SALSAS (4,7,8): ceba, all, nata i picada d'ametlles BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO OU

En aquest menú totes es elaboracions que portin OU seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN, OU, LACTOSA NI PVL NI LLEGUM

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN SENSE CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS AMB BROU DE VERDURES HAMBURGUESA CASOLANA DE CARN DE POLLASTRE SENSE ALÈRGENS LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA INDIOT A LA PLANXA CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) BRÒQUIL BULLIT FRUITA DEL TEMPS	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega INDIOT A LA PLANXA COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE TOMÀTIGA PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I ALL POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) SENSE PÈSOLS HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA SENSE PÈSOLS NI MONGETA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS SENSE LLET POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE MAIZENA (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO GLUTEN, OU, LACTOSA NI PVL, NI FRUITS SECS NI LLEGUM

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, FRUITS SECS, OU, LACTOSA O LLEGUM I MONGETA VERDA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lleties d'aquest menú son garantitzades sense gluten. (PER EVITAR QUALSEVOL TRAÇA DE FRUITS AMB CLOSCA (8)). totes es elaboracions que portin LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRIA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN, LACTOSA NI PVL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSA DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT DE SOJA (6)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSA DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS SENSE LLET PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT DE SOJA (6)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS SENSE LLET TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO GLUTEN, NI LACTOSA NI PVL

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, LACTOSA I PVL seràn substituïdes per productes similars a les del menú general: LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lletnies d'aquest menú son garantitzades sense gluten. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRÍA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN, OU, LACTOSA NI PVL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS AMB PASTANAGA I BRÒQUIL POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSA DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES INDIOT A LA PLANXA CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT DE SOJA (6)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSA DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega INDIOT A LA PLANXA COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS SENSE LLET PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) HAMBURGUESA CASOLANA DE POLLASTRE LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT DE SOJA (6)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS SENSE LLET POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	



NO GLUTEN, OU NI LACTOSA NI PVL

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, OU, LACTOSA I PVL seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lletnies d'aquest menú son garantitzades sense gluten. EN CAS DE NO PODER MENJAR VEDELLA, S'HA DE NOTIFICAR A CUINA, JA QUE AQUEST MENÚ NO EL PODRIA MENJAR I S'HAURIA D'ADAPTAR UN ALTRE. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN NI FRUITS SECS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS DE PORRO ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES I PASTANAGA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	




NO GLUTEN NI FRUITS SECS

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN O FRUITS SECS, seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maïzena o de ciuró (PER EVITAR TRACES DE FRUITS DE CLOSCA,8). Les lletnies d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

NO GLUTEN

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB CIGRONS (9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROT DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSAS DE VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALSAS D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE ALÈRGENS TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES SENSE GLUTEN POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE VERDURES GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB SALSAS (4,7,8): ceba, all, nata i picada d'ametlles BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSSEOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSAS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS D'ARRÒS AMB BROU DE POLLASTRE LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	




NO GLUTEN

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lletnies d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MENÚ NOVEMBRE 2023

PLAT TRADICIONAL: MARROC

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	ARRÒS 5 DELICIES: pernil, pèsols, truita, pastanaga i pebre vermell POLLASTRE A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUÍ AMB CIGRONS (1,3,9) HOKI A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) TREMPÓ: TOMÀTIGA, PEBRE VERD I CEBA FRUITA DEL TEMPS
SOPAR			DIA DE TOTS SANTS	Purè de verdures amb patata i ou bullit fruita del temps	Indiot a la planxa amb arròs i bròquil fruita del temps
	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	ARRÒS A LA MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA DE PORC I VEDELLA A LA PLANXA (6,9,12) LLETUGA, PASTANAGA I BROTS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE VERDURES (1,3) RABES DE CALAMAR (1,14) ENCIAM, POMA I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, PIPES DE CARBASSA I TOMÀTIGA (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: patata, tomàtiga, olives i tonyina (4) DAURADA A L'ESPATLLA (4) MOGETES VERDES SALTEJADES AMB ALLETS IOGURT NATURAL (7)	PURÉ D'ESPINACS I CARBASSÓ PITRERES DE POLLASTRE TORRADES AMB SALS D'AMETLLA (7,8) ARRÒS BULLIT FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	Truita de pernil + quinoa amb xerri fruita del temps	Pollastre a la planxa amb arròs i mongeta verda fruita del temps	Sopa de peix + peix bullit amb verdures fruita del temps	Indiot a la planxa amb cuscús i xampinyons fruita del temps	Lluç al forn amb moniato i carbassó fruita del temps
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO VERMELL: tomàtiga seca i alfàbrega (1,3) TRUITA FRANCESA (3) COL LOMBARDA JULIANA, LLETUGA I BLAT DE LES INDIES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIGRONS CONTRES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS I BULGUR (1) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ A LA MALLORQUINA (4): grells, bledes, tomàtiga, panses i patata FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUT LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA, MESCLUM, CEBA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PÈSOLS (7) PALOMETA A LA PLANXA (4) AMB OLI I PEBRE BORD CANONGES, PASTANAGA I PIPES (8) FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	Quinoa amb verdures fruita del temps	Salsitxes amb pisto i arròs fruita del temps	Amanida de pa amb oli de truita fruita del temps	Aguiat de pollastre amb verdures i patata fruita del temps	Sopa + costelles de mé amb amanida fruita del temps
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (1) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB PILOTETES DE CARN MIXTA (1,3,6,9,12) GALLINETA A LA PLANXA (4) CANONGES, BLAT DE LES INDIES I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) TRUITA DE PERNIL I FORMATGE (3,7) LLETUGA, POMA, PASTANAGA I PANSES FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I GINJEBRE SALMÓ AL FORN AMB SALS (4,7,8): ceba, all, nata i picada d'ametlles BRÒQUIL I PATATA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA CÉSAR AMB CROSTONS (1,3,6, 7,9,10): lletuga, formatge, pollo i crostons ESCALDUMS D'INDIOT AMB VERDURA I PATATA IOGURT NATURAL (7)
SOPAR	Truita de patata amb pèsols saltejats fruita del temps	Purè de verdures + indiot amb pastanaga fruita del temps	Daurada al forn amb patata i mongeta verda fruita del temps	Sopa + pollastre a la planxa amb verdures saltejades fruita del temps	Pastís de peix i porro amb moniato fruita del temps
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
DINAR	VICHYSOISE DE PORROS (7) TRUITA DE PATATA I ESPINACS (3) TOMÀTIGA, ALFÀBREGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) RODÓ DE VEDELLA AMB SALS DE VERDURES I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ MIXTA (1,2,3,4,14) LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7)	CUINAT DE CIURONS TIRES DE POLLASTRE AL CURRI CUSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	
SOPAR	Bacallà amb pèsols i pastanaga saltejada fruita del temps	Ous a la planxa amb coliflor i moniato fruita del temps	Hamburguesa amb bulgur i verdures fruita del temps	Sopa de peix + bullit de peix amb verdures i patata fruita del temps	



MENÚ NOVEMBRE 2023

PLAT TRADICIONAL: MARROC

Informació sobre els nostres menús
<p>Sempre hi ha Pa moreno integral de forn de llenya (producte local) d'acompanyament i aigua embotellada Les amanides estan trempades amb oli d'oliva extra verge premsat en fred Els nostres iogurts són naturals i no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml En ocasions utilitzem pastes i arrossos integrals. Destacats en el text amb color marró Totes les nostres llegums són seques e hidratades previament abans de ser cuinades Tot el nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible certificada). El 5% de les nostres carns d'au tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal. Utilitzem Plats tradicionals de les Illes Balears destacats en el text amb lila Utilitzem un 10% de Productes ecològics, destacats en el text amb verd Un 10% dels nostres ingredients i/o productes són de proximitat i de km0. El producte a servir dependrà de l'epoca de lany. Utilitzem Productes de temporada segons el calendari APAEMA:</p>
<p>* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui certificat mèdic.</p>
<p>* en cas de dieta blana i estingent (mal de panxa) es donarà: sopa d'arròs o puré de pastanaga + segon plat de carn o peix bullit, al forn o a la planxa amb patata, pastanaga o arròs blanc bullit de guarnició.</p>
<p>* en cas de dieta sense carn de porc per creencies religioses, se li donarà com a substitució pollastre, indiòt, vedella, peix o ou.</p>
<p>Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentació en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.</p>
<p>AQUEST ANY HEM VOLGUT INCORPORAR UN PROJECTE DE DIVERSITAT DE PAISOS, PER AQUEST MOTIU CADA MES HI HA UN PLAT TIPIC DE DIFERENTS PAISOS</p>
<p>Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruïts secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces</p>

GUIA PER A L'ELABORACIÓ DE BERENARS SALUDABLES			
BERENAR A CASA			
ELS BERENARS HAN DE SER COMPOSTOS PELS SEGÜENTS GRUPS D'ALIMENTS:			
<p style="text-align: center;">FARINACIS (a base de cereals y pseudocereals preferentment integrals tipo pa, avena, quinoa)</p>	<p style="text-align: center;">LÀCTIC (llets, iogurts, formatges) o BEGUDES VEGETALS</p>	<p style="text-align: center;">FRUITA i/o FRUITS SECS i/o FRUITA SECA</p>	<p style="text-align: center;">TAMBÉ PODEM AFEGIR VEGETALS I LLEGUMS, LLABORS, OUS I EN OCASIONS ALGÚN EMBUTIT</p>
<p>EXEMPLES PER CASA:</p> <p style="text-align: center;">llet + cereals + peça de fruita batut de (kiwi o maduixes o taronja, grapat d'espínacs frescos i aigua) + pa moreno amb formatge o humus iogurt amb flocs d'avena i trossos de fruita llet d'ametlla + pa moreno amb formatge i figues seques llet + pa moreno amb mermelada ecològica</p>			
<p>EL BERENAR DE L'ESCOLA POT ESTAR COMPOST PELS GRUPS PRINCIPALS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN EL TR BERENAR O PER 3, 2 I FINS I TOT 1 GRUP D'ALIMENTS</p>			