








ESCOLA

DILLUNS	DIMECRES	DILLUNS	DIMECRES	DILLUNS	DIMECRES
<p>SABIES QUÈ?</p> <p>"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ÉS UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTÒRIA MÉS LLARGUES DEL MÓN I ESTÀ A L'ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)</p> 	<p>1</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES</p> <p>TRUITA DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA 673,63 Kcal Sopar: Sopa de pa Nuggets vegetals</p>	<p>2</p> <p>CREMA DE LLEGUMS I VERDURES</p> <p>FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALLIOLI I PASTANAGA RATLLADA</p> <p>PA I IOGURT KM 0 710,04 Kcal Sopar: Escalivada de patata Pollastre a la planxa</p>	<p>3</p> <p>ARRÒS AMB SALSA DE VERDURES</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET AMB PATATES AL CALIU</p> <p>PA I FRUITA 658,57 Kcal Sopar: Verdura tricolor Remanat d'ou i espàrrecs</p>	<p>4</p> <p>CREMA DE CALÇOTS AMB CROSTONS DE PA</p> <p>LLOM AMB SALSETA I AMANIDA VARIADA</p> <p>PA I FRUITA 581,29 Kcal Sopar: Tallarines amb verdures Bacallà al forn</p>	
<p>7</p> <p>ESPAGUETIS MARCIANS</p> <p>ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA</p> <p>PA I FRUITA 633,02 Kcal Sopar: Crema de carbassó Ous durs amb beixamel</p> 	<p>8</p> <p>MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ</p> <p>ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEUS, I BROU) AMB PILOTA, COL, BOTIFARRA NEGRA, BOTIFARRA BLANCA, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA</p> <p>PA I FRUITA D.O TARRAGONA 590,09 Kcal Sopar: Verdures a la graella Filet de lluc al forn</p>	<p>9</p> <p>TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACÓ</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA</p> <p>PA I IOGURT KM 0 628,01 Kcal Sopar: Arròs amb salsa de tomàquet Llibrets de gall d'indi</p>	<p>10</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>MANDONGUILLES A LA JARDINERA</p> <p>PA I FRUITA 706,98 Kcal Sopar: Bròquil amb patata bullida Pasta a la bolonuesa</p>	<p>11</p> <p>SOPA D'AU AMB FIDEUS</p> <p>BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA 533,68 Kcal Sopar: Amanida grega Crestes casolanes al forn</p>	
<p>14</p> <p>MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA</p> <p>ESTOFAT DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA 621,826 Kcal Sopar: Espaguetis amb pesto Orada al forn</p> 	<p>15</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇ</p> <p>TRUITA DE CEBA, CARBASSÓ I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I FRUITA 709,64 Kcal Sopar: Minestra de verdures Pernillets de pollastre</p>	<p>16</p> <p>CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA</p> <p>ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN</p> <p>PA I FRUITA 632,33 Kcal Sopar: Pèsols saltats Nuggets vegetals al forn</p>	<p>17</p> <p>BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB COSTELLETES</p> <p>PA I IOGURT KM 0 583,30 Kcal Sopar: Arròs amb tomàquet Truita de formatge</p>	<p>18</p> <p>ÀPAT TEMÀTIC LA PREHISTÒRIA (Menú del Homo erectus)</p> <p>Sopa de verdures amb pilotetes de vedella</p> <p>Pollastre rostit al forn amb pedres calentes al vapor</p> <p>569,62 Kcal</p> <p>Macedònia de fruites de l'edat de gel</p> <p>Hummus de cigrons</p> <p>Salmó al forn</p>	
<p>21</p> <p>CREMA DE MONGETA BLANCA</p> <p>TRUITA AMB FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS</p> <p>PA I FRUITA 621,72 Kcal Sopar: Espaguetis a la napolitana Pollastre rostit al forn</p> 	<p>22</p> <p>ARRÒS TRES DELÍCIES (PERNIL, BLAT DE MORO, OU I OLIVES)</p> <p>SEITONS A L'ANDALUSA AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I FRUITA 667,04 Kcal Sopar: Crema d'espàrrecs Llom a la planxa</p>	<p>23</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I IOGURT KM 0 660,18 Kcal Sopar: Arròs amb verdures Lluc a la planxa</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE VERDURES</p> <p>PIZZA CASOLANA A L'ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CARAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I MOZZARELLA)</p> <p>PA I FRUITA 633,49 Kcal Sopar: Llentilles bullides Hamburguesa vegetal</p>	<p>25</p> <p>ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA</p> <p>ESCALOPINS DE LLOM AMB SALSA DE LLIMONA</p> <p>PA I FRUITA 572,28 Kcal Sopar: Verdura al vapor Creps variades</p>	
<p>28</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES</p> <p>LLUÇ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET</p> <p>PA I FRUITA 669,62 Kcal Arròs amb bolets Aletes de pollastre</p> 	<p>29</p> <p>FIDEUS A LA CASSOLA</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA</p> <p>PA I FRUITA 641,028 Kcal Verdura amb patata al vapor Vedella a la planxa</p>	<p>30</p> <p>CREMA DE COLIFLOR</p> <p>ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES I VERDURES)</p> <p>PA I FRUITA 646,7 Kcal Cigrons amb espinacs Llenguado al forn</p>	<p>31</p> <p>MENÚ SORPRESA FET PER INFANTS 1ºCURS DE PRIMÀRIA</p> 	<p>SABIES QUÈ?</p> <p>A LA PREHISTÒRIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL D'ANIMAL EN FORMA DE TENDA!</p> 	



Menú SENSE GLUTEN – Octubre 2024



ESCOLA



DILLUNS

SABIES QUÈ?
"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)



7
PASTA S/GLUTEN MARIANA
PEIX ARREBOSSAT** AMB FARINA S/GLUTEN
PA S/GLUTEN I FRUITA

14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES
PA S/GLUTEN I FRUITA

21
CREMA DE MONGETA BLANCA *
TRUITA AMB FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS
PA S/GLUTEN I FRUITA

28
LLENTIES S/GLUTEN ESTOFADES AMB VERDURES
LLUÇ AL FORN S/ENFARINAR AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET
PA S/GLUTEN I FRUITA

DIMARTS

1
LLENTIES S/GLUTEN ESTOFADES AMB VERDURES
TRUITA DE GALL DINDI* AMB ENCIAM I OLIVES
PA S/GLUTEN I FRUITA

8
APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ SENSE GLUTEN
ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS*, PASTA S/GLUTEN, I BROU S/GLUTEN)
PILOTA*, COL, BOTIFARRA NEGRA*, BOTIFARRA BLANCA*, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA
PA S/GLUTEN I FRUITA

15
LLENTIES S/GLUTEN ESTOFADES AMB XORIÇ* / PATATES ESTOFADES AMB XORIÇ*
TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT
PA S/GLUTEN I FRUITA

22
ARRÒS TRES DELÍCIES (PERNIL*, BLAT DE MORO I OLIVES)
PEIX ARREBOSSAT** AMB FARINA S/GLUTEN AMB TOMÀQUET AMANIT
PA S/GLUTEN I FRUITA

29
PASTA S/GLUTEN A LA CASSOLA
TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA S/GLUTEN I FRUITA

DIMECRES

2
CREMA DE VERDURES I LLEGUM* S/CROSTONS DE PA
FIDEUÀ (PASTA S/GLUTEN) DE VERDURES AMB ALLIOLI
PA I IOGURT KM 0

9
TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACÓ*
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA S/GLUTEN I IOGURT KM 0

16
CREMA DE CARBASSA S/ CROSTONS DE PA
ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN
PA S/GLUTEN I FRUITA

23
CIGRONS* ESTOFATS AMB VERDURES
POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT
PA S/GLUTEN I IOGURT KM 0

30
CREMA DE COLIFLOR
ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES* I VERDURES)
PA S/GLUTEN I FRUITA

DIJOUS

3
ARRÒS AMB SALSINA DE VERDURES
LLUÇ AL FORN S/ENFARINAR AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU
PA S/GLUTEN I FRUITA

10
CIGRONS* ESTOFATS AMB VERDURES
MANDONGUILLES* A LA JARDINERA
PA S/GLUTEN I FRUITA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA
CIGRONS* ESTOFATS AMB COSTELLETES*
PA S/GLUTEN I IOGURT KM 0

24
CREMA DE VERDURES
PIZZA CASOLANA S/GLUTEN AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CARAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI*, FORMATGE I MOZZARELLA)
PA S/GLUTEN I FRUITA

31
MENÚ SORPRESA S/GLUTEN FET PER INFANTS 1º CURS DE PRIMÀRIA
*INGREDIENTS SENSE GLUTEN (verificar fitxes de proveïdors).
** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.


DIVENDRES

4
CREMA DE CALÇOTS S/CROSTONS DE PA
LLOM ARREBOSSAT** S/GLUTEN AMB SALSINA*
PA S/GLUTEN I FRUITA

11
SOPA D'AU AMB PASTA S/GLUTEN (BROU S/GLUTEN)
BACALLÀ S/ENFARINAR A LA LLAUNA*
PA S/GLUTEN I FRUITA

18
APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menu del hommo Erectus) SENSE GLUTEN
SOPA DE VERDURES AMB PILOTETES DE VEDELLA* (PASTA I BROU S/GLUTEN)
POLLASTRE ROSTIT AL FORN AMB PEDRES Macedònia de fruites de la edat de gel

25
ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA *
LLOM ARREBOSSAT** S/GLUTEN AMB SALSINA* DE LLIMONA
PA S/GLUTEN I FRUITA

SABIES QUÈ?
A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!




ESCOLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



SABIES QUÈ?
"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)

1
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
TRUITA DE GALL DINDI* AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

2
CREMA DE VERDURES I LLEGUM S/LACTIS AMB CROSTONS DE PA
FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALLIOLI S/LACTIC
PA I POSTRE DE SOJA

3
ARRÒS AMB SALS DE VERDURES
LLUÇ AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU
PA I FRUITA

4
CREMA DE CALÇOTS S/LACTIS CROSTONS DE PA
LLOM AMB SALSETA I AMANIDA VARIADA
PA I FRUITA



7
ESPAGUETIS MARCIANS S/LACTIS
ANELLES DE CALAMAR AMB SALS MARINERA *
PA I FRUITA

8
APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ SENSE LACTOSA
ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEUS, I BROU)
PILOTA*, COL, BOTIFARRA NEGRA*, BOTIFARRA BLANCA*, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA
PA I FRUITA

9
TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACÓ*
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I POSTRE DE SOJA

10
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
MANDONGUILLES* A LA JARDINERA
PA I FRUITA

11
SOPA D'AU AMB FIDEUS
BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA



14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

15
LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇ *
TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I FRUITA

16
CREMA DE CARBASSA S/ LACTIS AMB CROSTONS DE PA*
ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN
PA I FRUITA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA
CIGRONS ESTOFATS AMB COSTELLETES*
PA I POSTRE DE SOJA

18
APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menu del hommo Erectus) SENSE LACTOSA
SOPA DE VERDURES AMB PILOTTES DE VEDELLA S/LACTIS
POLLASTRE ROSTIT AL FORN AMB PEDRES Macedònia de fuites de la edat de gel



21
CREMA DE MONGETA BLANCA S/LACTIS
TRUITA A LA FRANCESA S/ FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS
PA I FRUITA

22
ARRÒS TRES DELÍCIES (PERNIL*, BLAT DE MORO I OLIVES)
SEITONS **AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I FRUITA

23
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I POSTRE DE SOJA

24
CREMA DE VERDURES
PIZZA CASOLANA* AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI*) S/FORMATGE NI MOZZARELLA
PA I FRUITA

25
ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA *
ESCALOPINS DE LLOM** AMB SALS DE LLIMONA
PA I FRUITA



28
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
LLUÇ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET
PA I FRUITA

29
FIDEOS A LA CASSOLA
TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I FRUITA

30
CREMA DE COLIFLOR S/LACTIS
ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES* I VERDURES)
PA I FRUITA

31
MENÚ SORPRESA S/LACTOSA FET PER INFANTS 1ºCURS DE PRIMÀRIA
*INGREDIENTS SENSE LACTOSA NI DERIVATS DE LA LLET (verificar fitxes de proveïdors).








SABIES QUÈ?
A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!



Menú SENSE PLV – Octubre 2024



ESCOLA

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	<p>SABIES QUÈ? "LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)</p> 	<p>1</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES</p> <p>TRUITA DE GALL DINDI* AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>2</p> <p>CREMA DE VERDURES I LLEGUMS AMB CROSTONS DE PA</p> <p>FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALLIOLI S/LACTIC</p> <p>PA I POSTRE DE SOJA</p>	<p>3</p> <p>ARRÒS AMB SALSA DE VERDURES</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>4</p> <p>CREMA DE CALÇOTS S/LACTICS CROSTONS DE PA *</p> <p>LLOM AMB SALSETA I AMANIDA VARIADA</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>7</p> <p>ESPAGUETIS MARCIANS S/LACTICS</p> <p>ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA *</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>8</p> <p>APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ SENSE PLV</p> <p>ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEUS, I BROU)</p> <p>PILOTA*, COL, BOTIFARRA NEGRA*, BOTIFARRA BLANCA*, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>9</p> <p>TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACÓ*</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA</p> <p>PA I POSTRE DE SOJA</p>	<p>10</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>MANDONGUILLES* A LA JARDINERA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>11</p> <p>SOPA D'AU AMB FIDEUS</p> <p>BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>14</p> <p>MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA</p> <p>ESTOFAT DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>15</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇ *</p> <p>TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>16</p> <p>CREMA DE CARBASSA S/LACTICS AMB CROSTONS DE PA *</p> <p>ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>17</p> <p>BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB COSTELLETES*</p> <p>PA I POSTRE DE SOJA</p>	<p>18</p> <p>APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menu del hommo Erectus) SENSE PLV</p> <p>SOPA DE VERDURES AMB PILOTETES DE VEDELLA*</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AL FORN AMB PEDRES Macedònia de fuites de la edat de gel</p>
	<p>21</p> <p>CREMA DE MONGETA BLANCA S/LACTICS</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA S/FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>22</p> <p>ARRÒS TRES DELÍCIES (PERNIL*, BLAT DE MORO I OLIVES)</p> <p>SEITONS ** AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>23</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I POSTRE DE SOJA</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE VERDURES</p> <p>PIZZA CASOLANA* AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CARAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI*) S/FORMATGE NI MOZZARELLA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>25</p> <p>ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA *</p> <p>ESCALOPINS DE LLOM** AMB SALSA* DE LLIMONA</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>28</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES</p> <p>LLUÇ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>29</p> <p>FIDEOS A LA CASSOLA</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>30</p> <p>CREMA DE COLIFLOR S/LACTICS</p> <p>ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES* I VERDURES)</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>31</p> <p>MENÚ SORPRESA S/PLV FET PER INFANTS 1º CURS DE PRIMÀRIA</p> <p>*INGREDIENTS S/LACTIS NI DERIVATS DE LA LLET (verificar fitxes de proveïdors).</p> <p>** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.</p>	<p>SABIES QUÈ?</p> <p>A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!</p> 



ESCOLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



SABIES QUÈ?

"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ÉS UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTÒRIA MÉS LLARGUES DEL MÓN) I ESTÀ A L'ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)

7
ESPAGUETIS AMB VERDURES PERMESES S/FORMATGE
ANELLES DE CALAMAR AMB SALSAMARINERA*
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA
PEIX A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

21
CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS NI LLEGUM
TRUITA A LA FRANCESA I HORTALISSES PERMESES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

28
PATATES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES S/FRUITS SECS
LLUÇ AMB TOMÀQUET S/CEBA
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

1
PATATES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES S/PÈSOLS NI FRUITS SECS
TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

8
MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ
SOPA VEGETAL AMB FIDEUS (BROU VEGETAL S/LLEGUM)
PEIX AL FORN AMB PATATA PANADERA
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

15
PASTA AMB VERDURES PERMESES S/LACTIS
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA S/CEBA AMB TOMÀQUET AMANIT
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

22
ARRÒS AMB VERDURES PERMESES
SEITONS A L'ANDALUSA* AMB TOMÀQUET AMANIT
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

29
FIDEUS AMB VERDURES PERMESES
TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

2
CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS NI LLEGUMS
PEIX A LA PLANXA AMB VERDURES PERMESES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

9
TRINXAT DE COL I PATATA S/BACÓ
TRUITA DE PATATA S/CEBA AMB TOMÀQUET
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

16
CREMA DE CARBASSA S/LACTIS NI CROSTONS
ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN S/PÈSOLS NI FRUITS SECS
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

23
PASTA AMB VERDURES PERMESES S/LACTIS
TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA


30
CREMA DE COLIFLOR S/LACTIS
ARRÒS AMB TONYINA I VERDURES PERMESES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

3
ARRÒS AMB SALSAM TOMÀQUET S/CEBA
LLUÇ AL FORN S/CEBA AMB PATATES AL CALIU
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

10
ARRÒS AMB VERDURES PERMESES S/PÈSOLS
OUS DURS AMB HORTALISSES PERMESES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA
TRUITA A LA FRANCESA AMB HORTALISSES PERMESES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

24
CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS
PIZZA CASOLANA S/AL-LÈRGENS (TOMÀQUET CASOLÀ, HORTALISSES PERMESES I TONYINA) S/FORMATGE, MOZZARELLA, GALL DINDI NI CEBA
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA


31
MENÚ SORPRESA FET PER INFANTS 1^oCURS DE PRIMÀRIA
S/LACTOSA, LLEGUM, FRUITS SECS, CARN I BAIX EN FRUCTOSA


4
CREMA DE CALÇOTS S/LACTIS NI CROSTONS
TRUITA A LA FRANCESA I HORTALISSES PERMESES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

11
SOPA VEGETAL AMB FIDEUS (BROU VEGETAL S/LLEGUM)
BACALLÀ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

18
ÀPAT TEMÀTIC LA PREHISTÒRIA (Menú del *Homo erectus*)
Sopa de verdures amb PASTA (BROU VEGETAL S/LLEGUM)
PEIX A LA PLANXA amb pedres calentes al vapor
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

25
ESTOFAT DE PATATES AMB VERDURES PERMESES S/FRUITS SECS
PEIX A LA PLANXA AMB HORTALISSES PERMESES
PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA

SABIES QUÈ?
A LA PREHISTÒRIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL D'ANIMAL EN FORMA DE TENDA!




Menú BAIX EN FODMAPS – Octubre 2024



ESCOLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



SABIES QUÈ?
"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ÉS UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTÒRIA MÉS LLARGUES DEL MÓN I ESTÀ A L'ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)

1
PATATES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES

TRUITA DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

2
CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS NI LLEGUMS

PEIX A LA PLANXA AMB VERDURES PERMESES

PA SENSE GLUTEN I IOGURT NATURAL S/LACTOSA O FRUITA PERMESA

3
ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET S/CEBA

LLUÇ AL FORN S/CEBA AMB PATATES AL CALIU

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

4
CREMA DE VERDURES PERMESES S/CROSTONS DE PA NI LACTIS

LLOM S/SALSETA I AMANIDA PERMESA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA



7
PASTA S/GLUTEN MARCIANA* S/CEBA NI FORMATGE

ANELLES DE CALAMAR AMB VERDURES PERMESES

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

8
MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ

SOPA AMB PASTA S/GLUTEN (BROU S/GLUTEN NI LLEGUMS) AMB PILOTA*, COL, BOTIFARRA NEGRA*, BOTIFARRA BLANCA*, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

9
TRINXAT DE COL I PATATA S/BACÓ

TRUITA DE PATATA S/CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA

PA SENSE GLUTEN I IOGURT NATURAL S/LACTOSA O FRUITA PERMESA

10
ARRÒS AMB VERDURES PERMESES

OUS DURS AMB HORTALISSES PERMESES

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

11
SOPA D'AU AMB PASTA S/GLUTEN (BROU S/GLUTEN)

BACALLÀ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA



14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA

GALL DINDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

15
PASTA S/GLUTEN AMB VERDURES PERMESES

TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA S/CEBA AMB TOMÀQUET AMANIT

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

16
CREMA DE VERDURES PERMESES I CARBASSA S/CROSTONS DE PA NI LACTIS

ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN (AMB VERDURES PERMESES)

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

TRUITA A LA FRANCESA AMB HORTALISSES PERMESES

PA SENSE GLUTEN I IOGURT NATURAL S/LACTOSA O FRUITA PERMESA

18
ÀPAT TEMÀTIC LA PREHISTÒRIA (Menú del *Homo erectus*)

Sopa de verduretes amb pilotetes de vedella* (PASTA I BROU S/GLUTEN)

Pollastre rostit al forn amb pedres calentes al vapor
Macedònia de fruites PERMESES



21
CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS NI LLEGUM

TRUITA A LA FRANCESA I AMANIDA PERMESA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

22
ARRÒS AMB VERDURES PERMESES

PEIX ARREBOSSAT** S/AL-LÈRGENS AMB TOMÀQUET AMANIT

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

23
PASTA S/GLUTEN AMB VERDURES PERMESES S/LACTIS

POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT

PA SENSE GLUTEN I IOGURT NATURAL S/LACTOSA O FRUITA PERMESA

24
CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS

PIZZA CASOLANA S/AL-LÈRGENS A L'ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, DAUS DE GALL DINDI) S/CEBA, FORMATGE NI MOZZARELLA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

25
ESTOFAT DE PATATES AMB VERDURES PERMESES

LLOM ARREBOSSAT** S/AL-LÈRGENS AMB SALSA* DE LLIMONA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA



28
PATATES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES

LLUÇ S/ENFARINAR AMB TOMÀQUET S/CEBA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

29
PASTA S/GLUTEN AMB VERDURES PERMESES

TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

30
CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS

ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES* I VERDURES PERMESES)

PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA

31
MENÚ SORPRESA FET PER INFANTS 1ºCURS DE PRIMÀRIA

BAIX EN FOODMAPS



SABIES QUÈ?
A LA PREHISTÒRIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL D'ANIMAL EN FORMA DE TENDA!





ESCOLA

DILLUNS



SABIES QUÈ?
"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)



DIMARTS

1
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
S/FRUITS SECS

TRUITA DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

DIMECRES

2
CREMA DE LLEGUMS I VERDURES
S/FRUITS SECS

FIDEUA DE VERDURES AMB ALL I OLI I PASTANAGA RATLLADA
PA I IOGURT KM 0

DIJOUS

3
ARRÒS AMB SALSA DE VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET* I PATATES AL CALIU
PA I FRUITA

DIVENDRES

4
CREMA DE CALÇOTS S/CROSTONS DE PA

LLOM AMB SALSETA* I AMANIDA VARIADA
PA I FRUITA



7
ESPAGUETIS MARCIANS
ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA

8
APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ SENSE FRUITS SECS
ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEUS, I BROU)
PILOTA*, COL, BOTIFARRA NEGRA*, BOTIFARRA BLANCA*, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA
PA I FRUITA D.O TARRAGONA

9
TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACO
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I IOGURT KM 0

10
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
MANDONGUILLES A LA JARDINERA S/FRUITS SECS
PA I FRUITA

11
SOPA D' AU AMB FIDEUS
BACALLÀ A LA LLAUNA S/FRUITS SECS AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA



14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA
ESTOFAT DE GALL DINDI S/FRUITS SECS AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

15
LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇ*
TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I FRUITA

16
CREMA DE CARBASSA S/ CROSTONS DE PA
ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELEDES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN S/FRUITS SECS
PA I FRUITA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA
CIGRONS ESTOFATS S/FRUITS SECS AMB COSTELLETES*
PA I IOGURT KM 0

18
APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menu del hommo Erectus) SENSE FRUITS SECS
Sopa de verdures amb pilotetes de Vedella
Pollastre Rostit al forn amb pedres calentes al vapor
Macedònia de fruites de la edat de gel



21
CREMA DE MONGETA BLANCA S/FRUITS SECS
TRUITA AMB FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS
PA I FRUITA

22
ARRÒS TRES DELÍCIES (PERNIL*, BLAT DE MORO, OU I OLIVES)
SEITONS** AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I FRUITA

23
CIGRONS ESTOFATS S/FRUITS SECS AMB VERDURES
POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I IOGURT KM 0

24
CREMA DE VERDURES
PIZZA CASOLANA* AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I MOZZARELLA)
PA I FRUITA

25
ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA*
ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA*
PA I FRUITA



28
LLENTIES ESTOFADES S/FRUITS SECS AMB VERDURES
LLUÇ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET
PA I FRUITA

29
FIDEOS A LA CASSOLA S/FRUITS SECS
TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I FRUITA

30
CREMA DE COLIFLOR
ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES* I VERDURES)
PA I FRUITA

31
MENÚ SORPRESA FET PER INFANTS 1ºCURS DE PRIMÀRIA
*INGREDIENTS S/FRUITS SECS NI PICADA DE FRUITS SECS EN PREPARACIONS (verificar fitxes de proveïdors).
** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

SABIES QUÈ?
A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!



ESCOLA



DILLUNS

SABIES QUÈ?
"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)

7
ESPAGUETIS MARCIANS
ANELLES DE CALAMAR** AMB SALSAMARINERA

14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA
ESTOFAT DE GALL DINDI S/PÈSOLS AMB ENCIAM I OLIVES

21
CREMA DE VERDURES S/LLEGUMS
TRUITA AMB FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS

28
PATATES ESTOFADES AMB VERDURES S/PÈSOLS
LLUÇ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET

DIMARTS

1
PATATES ESTOFADES AMB VERDURES S/PÈSOLS
TRUITA DE GALL DINDI* AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

8
APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ SENSE LLEGUM
ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEUS, I BROU S/LLEGUM)
PILOTA*, COL, BOTIFARRA NEGRA*, BOTIFARRA BLANCA*, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA
PA I FRUITA D.O TARRAGONA

15
PASTA AMB VERDURES S/PÈSOLS
TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT

22
ARRÒS TRES DELÍCIES (S/PERNIL*, BLAT DE MORO, OU I OLIVES)
SEITONS** AMB TOMÀQUET AMANIT

29
FIDEUS A LA CASSOLA S/PÈSOLS
TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA

DIMECRES

2
CREMA DE VERDURES S/LLEGUM AMB CROSTONS DE PA*
FIDEUÀ DE VERDURES S/PÈSOLS AMB ALLIOLI
PA I IOGURT KM 0

9
TRINXAT DE COL I PATATA S/BACÓ
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I IOGURT KM 0

16
CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA
ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN S/PÈSOLS
PA I FRUITA

23
PASTA AMB VERDURES DE TEMPORADA
POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I IOGURT KM 0

30
CREMA DE COLIFLOR
ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES I VERDURES)
PA I FRUITA

DIJOUS

3
ARRÒS AMB SALSAMARINERA
LLUÇ AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU
PA I FRUITA

10
ARRÒS AMB VERDURES S/PÈSOLS
OUS DURS A LA JARDINERA
PA I FRUITA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA
PASTA AMB VERDURES S/PÈSOLS AMB COSTELLETES
PA I IOGURT KM 0

24
CREMA DE VERDURES S/LLEGUMS
PIZZA CASOLANA* AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I MOZZARELLA)
PA I FRUITA

31
MENÚ SORPRESA S/LLEGUM FET PER INFANTS 1°CURS DE PRIMÀRIA
*INGREDIENTS SENSE LLEGUM NI DERIVATS (verificar fitxes de proveïdors).
** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

DIVENDRES

4
CREMA DE CALÇOTS AMB CROSTONS DE PA*
LLOM AMB SALSAMARINERA I AMANIDA VARIADA
PA I FRUITA

11
SOPA D'AU AMB FIDEUS
BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

18
APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menu del hommo Erectus) SENSE LLEGUM
SOPA DE VERDURES AMB PILOTETES DE VEDELLA S/LLEGUM (BROU S/LLEGUM)
Pollastre Rostit al forn amb pedres calentes al vapor
Macedònia de fruites de la edat de gel

25
ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA
ANELLES DE CALAMAR AMB SALSAMARINERA*
PA I FRUITA








SABIES QUÈ?
A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!



Menú SENSE PEIX – Octubre 2024



ESCOLA

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	<p>SABIES QUÈ? "LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN) I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)</p> 	<p>1</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES</p> <p>TRUITA DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>2</p> <p>CREMA DE LLEGUM I VERDURES AMB CROSTONS DE PA</p> <p>FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALLIOLI</p> <p>PA I IOGURT KM 0</p>	<p>3</p> <p>ARRÒS AMB SALSA DE VERDURES</p> <p>OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA ,TOMÀQUET I PATATES AL CALIU</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>4</p> <p>CREMA DE CALÇOTS CROSTONS DE PA</p> <p>LLOM AMB SALSETA I AMANIDA VARIADA</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>ESPAGUETIS MARCIANS</p> <p>OUS DURS AMB SALSA*</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>8</p> <p>APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ SENSE PEIX</p> <p>ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEUS, I BROU)</p> <p>PILOTA, COL, BOTIFARRA NEGRA, BOTIFARRA BLANCA, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>9</p> <p>TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACÒ</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA</p> <p>PA I IOGURT KM 0</p>	<p>10</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>MANDONGUILLES* A LA JARDINERA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>11</p> <p>SOPA D'AU AMB FIDEUS</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>14</p> <p>MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA</p> <p>ESTOFAT DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>15</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇ</p> <p>TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>16</p> <p>CREMA DE CARBASSO AMB CROSTONS DE PA</p> <p>ARRÒS DE VERDURES I LLEGUM</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>17</p> <p>BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB COSTELLETES</p> <p>PA I IOGURT KM 0</p>	<p>18</p> <p>APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menu del hommo Erectus) SENSE PEIX</p> <p>SOPA DE VERDURES AMB PILOTETES DE VEDELLA S/PEIX</p> <p>POLLASTRE ROSTIT AL FORN AMB PEDRES Macedònia de fuites de la edat de gel</p>
	<p>21</p> <p>CREMA DE MONGETA BLANCA</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>22</p> <p>ARRÒS TRES DELÍCIES (PERNIL*, BLAT DE MORO I OLIVES)</p> <p>FINGERS DE MOZZARELLA** AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>23</p> <p>CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PA I IOGURT KM 0</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE VERDURES</p> <p>PIZZA CASOLANA* AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CARAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI*) S/PEIX</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>25</p> <p>ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA</p> <p>ESCALOPINS DE LLOM AMB SALSA DE LLIMONA</p> <p>PA I FRUITA</p>
	<p>28</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES</p> <p>OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>29</p> <p>FIDEOS A LA CASSOLA</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>30</p> <p>CREMA DE COLIFLOR</p> <p>ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES I VERDURES)</p> <p>PA I FRUITA</p>	<p>31</p> <p>MENÚ SORPRESA S/PEIX FET PER INFANTS 1ºCURS DE PRIMÀRIA</p> <p>*INGREDIENTS SENSE PEIX, MARISC NI DERIVATS (verificar fitxes de proveïdors).</p> <p>** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.</p>	<p>SABIES QUÈ?</p> <p>A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!</p> 



ESCOLA



DILLUNS

SABIES QUÈ?
"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)



7
PASTA S/OU MARCIANS

ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA

14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA

ESTOFAT DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

21
CREMA DE MONGETA BLANCA

TRUITA S/OU I AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

28
LLENTIES ESTOFADES

LLUÇ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET

PA I FRUITA

DIMARTS

1
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA S/OU AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

8
APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ SENSE OU

ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEUS S/OU, I BROU)
PILOTA*, COL, BOTIFARRA NEGRA*, BOTIFARRA BLANCA*, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA
PA I FRUITA D.O TARRAGONA

15
LLENTIES ESTOFADES AMB XORIÇ*

TRUITA S/OU AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

22
AMANIDA DE PASTA S/OU AMB TOMÀQUET, TONYINA I BLAT DE MORO

SEITONS ** AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

29
FIDEUS S/OU A LA CASSOLA

TRUITA S/OU AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I FRUITA

DIMECRES

2
CREMA DE LLEGUMS I VERDURES

FIDEUS S/OU DE VERDURES AMB ALLIOLI I PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

9
TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACO

TRUITA S/OU DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

16
CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA

ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN

PA I FRUITA

23
CIGRONS ESTOFADES AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I IOGURT KM 0

30
CREMA DE COLIFLOR

ARRÒS DE MUNTANYA (ARRÒS, SALSITXES* I VERDURES)

PA I FRUITA

DIJOUS

3
ARRÒS AMB SALSA DE VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU

PA I FRUITA

10
CIGRONS ESTOFADES AMB VERDURES

MANDONGUILLES A LA JARDINERA

PA I FRUITA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

CIGRONS ESTOFADES AMB COSTELLETES

PA I IOGURT KM 0

24
CREMA DE VERDURES

PIZZA CASOLANA* AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CARAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I MOZZARELLA)

PA I FRUITA

31
MENÚ SORPRESA S/OU FET PER INFANTS 1°CURS DE PRIMÀRIA

*INGREDIENTS SENSE OU NI DERIVATS (verificar fitxes de proveïdors).
** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

DIVENDRES

4
CREMA DE CALÇOTS AMB CROSTONS DE PA

LLOM AMB SALSETA I AMANIDA VARIADA

PA I FRUITA

11
SOPA D'AUB AMB FIDEUS S/OU

BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

18
APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menu del hommo Erectus) SENSE OU

Sopa de verdures amb pilotetes de Vedella


Pollastre Rostit al forn amb pedres calentes al vapor
Macedònia de fruites de la edat de gel

25
ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA *

ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA*

PA I FRUITA

SABIES QUÈ?
A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!





DILLUNS



SABIES QUÈ?

"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)



1
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
TRUITA DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

DIMARTS

2
CREMA DE LLEGUMS I VERDURES
FIDEUA DE VERDURES AMB ALL I OLI I PASTANAGA RATLLADA
PA I IOGURT KM 0

DIJOUS

3
ARRÒS AMB SALSA DE VERDURES
LLUÇ AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU
PA I FRUITA

DIVENDRES

4
CREMA DE CALÇOTS AMB CROSTONS DE PA
LLOM AMB SALSETA I AMANIDA VARIADA
PA I FRUITA



7
ESPAGUETIS MARCIANS
ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA

8
APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ S/VEDELLA
ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEOS, I BROU)PILOTA, COL, BOTIFARRA NEGRA, BOTIFARRA BLANCA, POLLASTRES, PASTANAGA I PATATA
PA I FRUITA D.O TARRAGONA

9
TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACO
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I IOGURT KM 0

10
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
OUS DURS A LA JARDINERA
PA I FRUITA

11
SOPA D'AU AMB FIDEUS
BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA



14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

15
LLENTIES ESTOFADES S/XORIC
TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I FRUITA

16
CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA
ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN
PA I FRUITA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA
CIGRONS ESTOFATS AMB COSTELLES S/CARN DE VEDELLA
PA I IOGURT KM 0

18
APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menu del hommo Erectus) S/VEDELLA
Sopa de verdures Brou Vegetal S/ pilotetes de Vedella
Pollastre Rostit al forn amb pedres calentes al vapor
Macedònia de fruites de la edat de gel



21
CREMA DE MONGETA BLANCA
TRUITA AMB FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS
PA I FRUITA

22
ARRÒS TRES DELÍCIES (PERNIL, BLAT DE MORO, OU I OLIVES)
SEITONS AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I FRUITA

23
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I IOGURT KM 0

24
CREMA DE VERDURES
PIZZA CASOLANA A L'ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CARAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I MOZZARELLA)
PA I FRUITA


25
ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA S/CARN DE VEDELLA
ESCALOPINS DE LLOM AMB SALSA DE LLIMONA
PA I FRUITA




28
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
LLUÇ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET
PA I FRUITA

29
FIDEOS A LA CASSOLA S/CARN
TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I FRUITA

30
CREMA DE COLIFLOR
ARRÒS DE VERDURES
PA I FRUITA

31
MENÚ SORPRESA S/VEDELLA FET PER INFANTS 1ºCURS DE PRIMÀRIA


SABIES QUÈ?
A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!




DILLUNS

SABIES QUÈ?
"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)

DIMARTS

1
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

DIMECRES

2
CREMA DE LLEGUMS I VERDURES

FIDEUA DE VERDURES AMB ALL I OLI I PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

DIJOUS

3
ARRÒS AMB SALS DE VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU

PA I FRUITA

DIVENDRES

4
CREMA DE CALÇOTS AMB CROSTONS DE PA

HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA VARIADA

PA I FRUITA



7
ESPAGUETIS MARCIANS

ANELLES DE CALAMAR AMB SALS MARINERA

8
APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ S/PORC

ESCUDELLA DE PAGÈS (CIGRONS, FIDEUS, I BROU D'AU)

COL, POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA S/PILOTA NI BOTIFARRES

PA I FRUITA D.O TARRAGONA

9
TRINXAT DE COL I PATATA AMB CRUIXENT DE BACO

TRUITA DE PATATA I CEBA AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

10
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

OUS DURS A LA JARDINERA

PA I FRUITA

11
SOPA D'AU AMB FIDEUS

BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA



14
MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA

ESTOFAT DE GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

15
LLENTIES ESTOFADES **S/XORIÇ**

TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

16
CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA

ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SEPIETA) AL FORN

PA I FRUITA

17
BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

CIGRONS ESTOFATS AMB COSTELLES **S/CARN**

PA I IOGURT KM 0

18
APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menú del hommo Erectus) S/PORC

Sopa de verdures Brou Vegetal S/pilotetes de Vedella

Pollastre Rostit al forn amb pedres calentes al vapor

Macedònia de fruites de la edat de gel



21
CREMA DE MONGETA BLANCA

TRUITA AMB FORMATGE I AMANIDA DELS TEMPS

PA I FRUITA

22
ARRÒS TRES DELÍCIES (S/PERNIL, BLAT DE MORO, OU I OLIVES)

SEITONS AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

23
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I IOGURT KM 0

24
CREMA DE VERDURES

PIZZA CASOLANA AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CARAMELITZADA, DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I MOZZARELLA)

PA I FRUITA

25
ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA **S/CARN**

FINGERS DE VERDURES AMB SALS DE LLIJONA

PA I FRUITA



28
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

LLUÇ AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET

PA I FRUITA

29
FIDEOS A LA CASSOLA **S/CARN**

TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I FRUITA

30
CREMA DE COLIFLOR

ARRÒS DE VERDURES

PA I FRUITA

31
MENÚ SORPRESA **S/PORC** FET PER INFANTS 1^o CURS DE PRIMÀRIA

SABIES QUÈ?
A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!



Menú OVOLACTEO-VEGETARIÀ – Octubre 2024



DILLUNS

SABIES QUÈ?

"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)



DIMARTS

1

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA S/ GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

DIMECRES

2

CREMA DE LLEGUMS I VERDURES

FIDEUA DE VERDURES AMB ALL I OLI I PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

DIJOUS

3

ARRÒS AMB SALSÀ DE VERDURES

OUS DURS FORN AMB SOFREG DE CEBÀ I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU

PA I FRUITA

DIVENDRES

4

CREMA DE CALÇOTS AMB CROSTONS DE PA

HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA VARIADA

PA I FRUITA

7

ESPAGUETIS MARCIANS

OUS DURS AMB SALSÀ*



8

APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ OVOLACTEO

SOPA VEGETAL (CIGRONS, FIDEUS, I BROU VEGETAL)

FALAFELS AMB PASTANAGA I PATATA AL FORN

PA I FRUITA D.O TARRAGONA

9

TRINXAT DE COL I PATATA S/BACON

TRUITA DE PATATA I CEBÀ AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

10

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

OUS DURS A LA JARDINERA

PA I FRUITA

11

SOPA VEGETAL AMB FIDEUS (BROU VEGETAL)

TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

14

MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA

HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA



15

LLENTIES ESTOFADES S/XORIÇ

TRUITA DE CEBÀ, CARBASSO I PATATA AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

16

CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA

ARRÒS DE VERDURES I LLEGUM

PA I FRUITA

17

BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

CIGRONS ESTOFATS AMB COSTELLES S/CARN

PA I IOGURT KM 0

18

APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menú del hommo Erectus) OVOLACTEO

SOPA DE VERDURES S/PILOTETES DE VEDELLA (BROU VEGETAL)

FALAFELS AMB PEDRES CALENTES Macedònia de fuites de la edat de gel

21

CREMA DE MONGETA BLANCA

TRUITA AMB FORMATGE I AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA



22

ARRÒS TRES DELÍCIES (BLAT DE MORO OU I OLIVES) S/PERNIL

FINGERS DE MOZZARELLA AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

23

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

HAMBURGUESA VEGETAL AMB TOMÀQUET AMANIT

PA I IOGURT KM 0

24

CREMA DE VERDURES

PIZZA CASOLANA AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBÀ CARAMELITZADA, FORMATGE I MOZZARELLA) S/DAUS DE GALL DINDI

PA I FRUITA

25

ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA S/CARN

FINGERS DE VERDURES AMB SALSÀ DE LLIMONA

PA I FRUITA

28

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBÀ I TOMÀQUET
PA I FRUITA



29

FIDEUS A LA CASSOLA S/CARN

TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I FRUITA

30

CREMA DE COLIFLOR

ARRÒS DE VERDURES
PA I FRUITA

31

MENÚ SORPRESA OVOLACTEO FET PER INFANTS 1ºCURS DE PRIMÀRIA



SABIES QUÈ?

A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!





Menú VEGÀ – Octubre 2024



DILLUNS



SABIES QUÈ?
"LA COVA DE LA FONT MAJOR", ES UNA DE LES 7 COVES DE LA PREHISTORIA MES LLAGUES DEL MÓN I ESTA A LA ESPLUGA DE FRANCOLÍ (TARRAGONA)



DIMARTS

1

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA S/ OU S/ GALL DINDI AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

DIMECRES

2

CREMA DE LLEGUMS I VERDURES

FIDEUA DE VERDURES AMB ALL I OLI I PASTANAGA RATLLADA
PA I POSTRE DE SOJA

DIJOUS

3

ARRÒS AMB SALS DE VERDURES

VARETES DE VERDURES FORN AMB SOFREG DE CEBA I TOMÀQUET I PATATES AL CALIU
PA I FRUITA

DIVENDRES

4

CREMA DE CALÇOTS AMB CROSTONS DE PA

HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA VARIADA
PA I FRUITA

7

ESPAGUETIS MARCIANS

OUS DURS AMB SALS*



8

APÀT DE COMARCA MENÚ DE COMARCA ESPLUGA DE FRANCOLÍ VEGÀ

SOPA VEGETAL (CIGRONS, FIDEUS, I BROU VEGETAL)
FALAFELS AMB PASTANAGA I PATATA AL FORN
PA I FRUITA D.O TARRAGONA

9

TRINXAT DE COL I PATATA S/BACON

TRUITA DE PATATA I CEBA S/OU AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I POSTRE DE SOJA

10

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

VARETES DE VERDURES A LA JARDINERA
PA I FRUITA

11

SOPA VEGETAL AMB FIDEUS (BROU VEGETAL)

CIGRONS SALTEJATS AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

14

MONGETA TENDRA AMB PATATA BULLIDA

HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA



15

LLENTIES ESTOFADES S/XORIÇ

TRUITA DE CEBA, CARBASSO I PATATA S/OU AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I FRUITA

16

CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA

ARRÒS DE VERDURES I LLEGUM
PA I FRUITA

17

BROQUIL AMB PATATA BULLIDA

CIGRONS ESTOFATS AMB COSTELLES S/CARN
PA I POSTRE DE SOJA

18

APÀT TEMÀTIC LA PREHISTORIA (Menú del hommo Erectus) VEGÀ

SOPA DE VERDURES S/PILOTETES DE VEDELLA (BROU VEGETAL)
FALAFELS AMB PEDRES CALENTES Macedònia de fuites de la edat de gel

21

CREMA DE MONGETA BLANCA

TRUITA S/OU S/GALLDI INDI AMB AMANIDA DEL TEMPS
PA I FRUITA



22

ARRÒS TRES DELÍCIES (BLAT DE MORO OU OLIVES) S/PERNIL

FINGERS DE MOZZARELLA AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I FRUITA

23

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

HAMBURGUESA VEGETAL AMB TOMÀQUET AMANIT
PA I POSTRE DE SOJA

24

CREMA DE VERDURES

PIZZA CASOLANA AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, CEBA CARAMELITZADA, S/ FORMATGE S/MOZZARELLA) S/DAUS DE GALL DINDI
PA I FRUITA

25

ESTOFAT DE PATATES A LA RIOJANA S/CARN

FINGERS DE VERDURES AMB SALS DE LLIMONA
PA I FRUITA

28

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET
PA I FRUITA



29

FIDEOS A LA CASSOLA S/CARN

TRUITA A LA FRANCESA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I FRUITA

30

CREMA DE COLIFLOR

ARRÒS DE VERDURES
PA I FRUITA

31

MENÚ SORPRESA VEGÀ FET PER INFANTS 1ºCURS DE PRIMÀRIA



SABIES QUÈ?

A LA PREHISTORIA JA EXISTIEN ELS PRIMERS FORNS ON ES FEIEN ELS ALIMENTS CUITS AL VAPOR AMB PEDRES CALENTES I PELL DE ANIMAL EN FORMA DE TENDA!

