

Menú Hipocalòric Escoles PDJ - Setembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Crema de verdures de temporada Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural sense sucre	Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural sense sucre	Crema de carbassó Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Col amb patata Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Filet de peix al forn amb xampinyons Poma	Amanida juliana de colors Llom de porc a la planxa Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural sense sucre	Llenties amb verdures Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Saltat de verdura i patata de temporada Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Bistec de vedella a la planxa amb saltat de bolets Raïm	Llenties amb verdures Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits Taronja	Saltat de verdura i patata de temporada Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor amb patata Llom de bacallà a la planxa Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Poma al forn sense sucre

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Ovolactovegetarià Escoles PDJ - Setembre

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	Fesolets amb verdures Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Mandonguilles vegetals a la jardinera Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Croquetes vegetals Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Arròs integral amb salsa de tomàquet Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Fideuà de verdures amb salsa alloli Poma	Amanida juliana de colors Salsitxes vegetals a la planxa Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	Llenties estofades amb patates Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Arròs amb verdures Raïm	Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Salsitxes vegetals a la planxa amb salsa de xampinyons Taronja	Espaguetis a la napolitana Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Postres d'aniversari

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636


Menú s/fruita seca Escoles PDJ - Setembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa alloli Poma	Amanida juliana de colors Llom de porc al forn amb salsa de rostit Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Arròs a la cassola amb au Raïm	Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Taronja	Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Postres d'aniversari (s/al.lergèns)

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/gluten Escoles PDJ - Setembre



SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/g) Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Truita de pernil cuït Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural	Crema de carbassó amb rostes de pa (s/g) Filet de gall dindi arrebossat (s/g i s/o) Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix (s/g i s/o) amb salsa alloli Poma	Amanida juliana de colors Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Arròs a la cassola amb au Raïm	Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Taronja	Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat (s/g i s/o) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor amb patata Croquetes de cigrò casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Postres d'aniversari (s/al.lergèns)

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/lactosa Escoles PDJ - Setembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Macarrons a la napolitana Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Gelatina de maduixa	Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Gelatina de maduixa	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa allioli (amb ou) Poma	Amanida juliana de colors Llom de porc al forn amb salsa de rostit Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Gelatina de maduixa	Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Arròs a la cassola amb au Raïm	Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Xampinyons saltats amb all i julivert Taronja	Espaguetis a la napolitana Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor amb patata Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Postres d'aniversari (s/al.lergèns)

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/ou Escoles PDJ - Setembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/o) Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Filet de carn magra de porc a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Filet de gall dindi arrebossat (s/o) Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix (s/g i s/o) amb salsa alloli Poma	Amanida juliana de colors Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Arròs a la cassola amb au Raïm	Llenties estofades amb arròs Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Taronja	Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat (s/g i s/o) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Postres d'aniversari (s/al.lergèns)

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/peix i s/marisc Escoles PDJ - Setembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Arròs integral amb salsa de tomàquet Filet de carn magra de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Fideus a la cassola amb salsa alloli Poma	Crema de verdures de temporada Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	Llenties estofades amb patates Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Arròs a la cassola amb au Raïm	Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Taronja	Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Postres d'aniversari

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/porc Escoles PDJ - Setembre

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural	Fesolets amb verduretes Hamburguesa de vedella a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa alloli Poma	Amanida juliana de colors Gall dindi amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Arròs a la cassola amb au Raïm	Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Taronja	Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Postres d'aniversari

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/proteïna de la llet de la vaca Escoles PDJ - Setembre

7itria.cat

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
		Macarrons a la napolitana Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Gelatina de maduixa	Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api Nectarina	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
11	12	13	14	15
	Llenties estofades Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Gelatina de maduixa	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Poma	Bròquil i pastanagues amb patata Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Meló
18	19	20	21	22
Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa allioli (amb ou) Poma	Amanida juliana de colors Llom de porc al forn amb salsa de rostit Patates a grills al forn amb espècies Pera	Crema de pastanaga Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Gelatina de maduixa	Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Pruna	Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
25	26	27	28	29
Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Arròs a la cassola amb au Raïm	Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Xampinyons saltats amb all i julivert Taronja	Espaguetis a la napolitana Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	Coliflor amb patata Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Postres d'aniversari (s/al.lergèns)

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Hipocalòric Escoles PDJ - Octubre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Espinacs amb patata Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro logurt natural sense sucre	3 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja	4 Fesolets amb verdures Llom de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	5 Arròs amb verdures Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	6 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
9 Crema de carbassó Bistec de vedella a la planxa amb saltat de bolets Plàtan	10 Cigrons bullits amb oli d'oliva Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina	11 Saltat de verdura i patata de temporada Filet de lluç amb ceba, all i lloret al forn Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma	12	13 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural sense sucre
16 Coliflor amb patata Truita a la francesa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma	17 Amanida juliana de colors Hamburguesa de vedella a la planxa amb xampinyons saltats Patates a grills al forn amb espècies Pera	18 Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro logurt natural sense sucre	19 Llenties amb verdures Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	20 Saltat de verdura i patata de temporada Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Kiwi
23 Coliflor amb patata Filet de carn magra de porc a la planxa amb mongeta tendra i pastanagues saltades Poma	24 Llenties amb verdures Truita a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera	25 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits Mandarina	26 Saltat de verdura i patata de temporada Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	27 Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Poma al forn sense sucre
30 Mongeta tendra amb patata Filet de lluç a la planxa Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera	31 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Ovolactovegetarià Escoles PDJ - Octubre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro logurt natural	3 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja	4 Fesolets amb verdures Salsitxes vegetals a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	5 Arròs amb verdures Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	6 Mongeta tendra amb patata Mandonguilles vegetals a la jardineria Sindria
9 Crema de carbassó Espaguetis a la bolonyesa vegetal Plàtan	10 Cigrons bullits amb oli d'oliva Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina	11 Risotto de formatges Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma	12	13 Bròquil i pastanagues amb patata Croquetes vegetals Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural
16 Fideuà de verdures amb alloli Croquetes d'espínacs Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma	17 Amanida juliana de colors Mandonguilles vegetals amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera	18 Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro logurt natural	19 Llenties estofades amb patates Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	20 Arròs integral amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Kiwi
23 Coliflor gratinada amb beixamel Arròs amb verdures Poma	24 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera	25 Mongetes seques estofades amb pastanagues Hamburguesa vegetal a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	26 Espaguetis a la napolitana Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	27 Crema de moniato, pastanaga i ceba Salsitxes vegetals a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Postres d'aniversari
30 Mongeta tendra amb patata Croquetes vegetals Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera	31 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636


Menú s/fruita seca Escoles PDJ - Octubre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro logurt natural	3 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja	4 Fesolets amb verdures Llom de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	5 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	6 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
9 Crema de carbassó Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	10 Cigrons bullits amb oli d'oliva Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina	11 Risotto de formatges Filet de lluç amb ceba, all i llozer al forn Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma	12	13 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural
16 Fideuà (sípia i gambes) amb allioli Croquetes d'espínacs Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma	17 Amanida juliana de colors Hamburguesa de vedella a la planxa amb xampinyons saltats Patates a grills al forn amb espècies Pera	18 Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro logurt natural	19 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	20 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Kiwi
23 Coliflor gratinada amb beixamel Arròs a la cassola amb au Poma	24 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera	25 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	26 Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	27 Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Postres d'aniversari (s/al.lèrgens)
30 Mongeta tendra amb patata Bastonets de lluç arrebossats Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera	31 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/gluten Escoles PDJ - Octubre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p>Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/g) Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro logurt natural</p>	<p>3</p> <p>Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja</p>	<p>4</p> <p>Fesolets amb verdures Llom de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma</p>	<p>5</p> <p>Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera</p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria</p>
<p>9</p> <p>Crema de carbassó Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan</p>	<p>10</p> <p>Cigrons bullits amb oli d'oliva Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina</p>	<p>11</p> <p>Risotto de formatges Filet de lluç amb ceba, all i llozer al forn Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma</p>	<p>12</p>	<p>13</p> <p>Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat (s/g i s/o) Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural</p>
<p>16</p> <p>Fideuà (sípia i gambes) (s/g i s/o) amb allioli Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma</p>	<p>17</p> <p>Amanida juliana de colors Mandonguilles mixtes amb salsa d'ametlles (s/g) Patates a grills al forn amb espècies Pera</p>	<p>18</p> <p>Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro logurt natural</p>	<p>19</p> <p>Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan</p>	<p>20</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Kiwi</p>
<p>23</p> <p>Coliflor amb patata Arròs a la cassola amb au Poma</p>	<p>24</p> <p>Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera</p>	<p>25</p> <p>Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina</p>	<p>26</p> <p>Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat (s/g i s/o) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan</p>	<p>27</p> <p>Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Postres d'aniversari (s/al.lèrgens)</p>
<p>30</p> <p>Mongeta tendra amb patata Bastonets de lluç arrebossats (s/g) Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera</p>	<p>31</p> <p>Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina</p>			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/lactosa Escoles PDJ - Octubre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Macarrons a la napolitana Truïta a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Gelatina de maduixa	3 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja	4 Fesolets amb verdures Llom de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	5 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	6 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
9 Crema de carbassó Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	10 Cigrons bullits amb oli d'oliva Truïta a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina	11 Arròs amb verdures Filet de lluç amb ceba, all i llozer al forn Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma	12	13 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb col llombarda i api Gelatina de maduixa
16 Fideuà (sípia i gambes) amb allioli (amb ou) Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma	17 Amanida juliana de colors Mandonguilles mixtes amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera	18 Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	19 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	20 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Kiwi
23 Coliflor amb patata Arròs a la cassola amb au Poma	24 Llenties estofades amb arròs Truïta a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera	25 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Xampinyons saltats amb all i julivert Mandarina	26 Espaguetis a la napolitana Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	27 Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Postres d'aniversari (s/al.lèrgens)
30 Mongeta tendra amb patata Bastonets de lluç arrebossats Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera	31 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/ou Escoles PDJ - Octubre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/o) Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro logurt natural	3 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja	4 Fesolets amb verdures Llom de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	5 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	6 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
9 Crema de carbassó Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	10 Cigrons bullits amb oli d'oliva Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina	11 Risotto de formatges Filet de lluç amb ceba, all i llozer al forn Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma	12	13 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat (s/o) Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural
16 Fideuà (sípia i gambes) (s/o) amb allioli Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma	17 Amanida juliana de colors Mandonguilles mixtes amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera	18 Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro logurt natural	19 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	20 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Kiwi
23 Coliflor gratinada amb beixamel Arròs a la cassola amb au Poma	24 Llenties estofades amb arròs Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera	25 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	26 Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat (s/g i s/o) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	27 Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Postres d'aniversari (s/al.lèrgens)
30 Mongeta tendra amb patata Bastonets de lluç arrebossats (s/o) Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera	31 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636


Menú s/peix i s/marisc Escoles PDJ - Octubre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p>Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro logurt natural</p>	<p>3</p> <p>Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja</p>	<p>4</p> <p>Fesolets amb verdures Llom de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma</p>	<p>5</p> <p>Arròs amb verdures Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera</p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria</p>
<p>9</p> <p>Crema de carbassó Espaguetis a la bolonyesa vegetal Plàtan</p>	<p>10</p> <p>Cigrons bullits amb oli d'oliva Truita de pernil cuit Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina</p>	<p>11</p> <p>Risotto de formatges Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma</p>	<p>12</p>	<p>13</p> <p>Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural</p>
<p>16</p> <p>Fideuà de verdures amb alloli Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma</p>	<p>17</p> <p>Crema de verdures de temporada Mandonguilles mixtes amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera</p>	<p>18</p> <p>Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro logurt natural</p>	<p>19</p> <p>Llenties estofades amb patates Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan</p>	<p>20</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Kiwi</p>
<p>23</p> <p>Coliflor gratinada amb beixamel Arròs a la cassola amb au Poma</p>	<p>24</p> <p>Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera</p>	<p>25</p> <p>Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina</p>	<p>26</p> <p>Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan</p>	<p>27</p> <p>Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Postres d'aniversari</p>
<p>30</p> <p>Mongeta tendra amb patata Cruixents de pollastre arrebossat casolans Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera</p>	<p>31</p> <p>Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina</p>			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/porc Escoles PDJ - Octubre

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p>Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro logurt natural</p>	<p>3</p> <p>Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja</p>	<p>4</p> <p>Fesolets amb verdures Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma</p>	<p>5</p> <p>Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera</p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria</p>
<p>9</p> <p>Crema de carbassó Espaguetis a la bolonyesa vegetal Plàtan</p>	<p>10</p> <p>Cigrons bullits amb oli d'oliva Truita a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina</p>	<p>11</p> <p>Risotto de formatges Filet de lluç amb ceba, all i llozer al forn Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma</p>	<p>12</p>	<p>13</p> <p>Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural</p>
<p>16</p> <p>Fideuà (sípia i gambes) amb allioli Croquetes d'espínacs Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma</p>	<p>17</p> <p>Amanida juliana de colors Mandonguilles de vedella amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera</p>	<p>18</p> <p>Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro logurt natural</p>	<p>19</p> <p>Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan</p>	<p>20</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Kiwi</p>
<p>23</p> <p>Coliflor gratinada amb beixamel Arròs a la cassola amb au Poma</p>	<p>24</p> <p>Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera</p>	<p>25</p> <p>Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina</p>	<p>26</p> <p>Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan</p>	<p>27</p> <p>Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Postres d'aniversari</p>
<p>30</p> <p>Mongeta tendra amb patata Bastonets de lluç arrebossats Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera</p>	<p>31</p> <p>Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina</p>			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/proteïna de la llet de la vaca Escoles PDJ

- Octubre

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Macarrons a la napolitana Truïta a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Gelatina de maduixa	3 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Taronja	4 Fesolets amb verdures Llom de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	5 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	6 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Síndria
9 Crema de carbassó Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	10 Cigrons bullits amb oli d'oliva Truïta a la francesa Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Mandarina	11 Arròs amb verdures Filet de lluç amb ceba, all i llozer al forn Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Poma	12	13 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb col llombarda i api Gelatina de maduixa
16 Fideuà (sípia i gambes) amb allioli (amb ou) Croquetes d'espínacs (s/al.lèrgens) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma	17 Amanida juliana de colors Mandonguilles mixtes amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Pera	18 Crema de mongeta tendra, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	19 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	20 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Kiwi
23 Coliflor amb patata Arròs a la cassola amb au Poma	24 Llenties estofades amb arròs Truïta a la francesa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Pera	25 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Xampinyons saltats amb all i julivert Mandarina	26 Espaguetis a la napolitana Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Plàtan	27 Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Postres d'aniversari (s/al.lèrgens)
30 Mongeta tendra amb patata Bastonets de lluç arrebossats Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Pera	31 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina			

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Hipocalòric Escoles PDJ - Novembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Coliflor amb patata Truita de verdures Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 3 Fesolets amb verdures Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata Bistec de vedella a la planxa amb mongeta tendra i pastanagues saltades Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Crema de verdures de temporada Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Pera	9 Pèsols guisats amb patates Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural sense sucre
13 Mongeta tendra amb patata Filet de peix al forn amb xampinyons Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) logurt natural sense sucre	15 Crema de verdures de temporada Cuixa de pollastre a la planxa amb tomàquet al forn Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties amb verdures Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Saltat de verdura i patata de temporada Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga Filet de carn magra de porc a la planxa amb mongeta tendra i pastanagues saltades Taronja	21 Llenties amb verdures Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits Mandarina	23 Bledes amb patata Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor amb patata Llom de bacallà a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Poma al forn sense sucre
27 Saltat de verdura i patata de temporada Truita de verdures Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verdures Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Bledes amb patata Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes logurt natural sense sucre	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Ovolactovegetarià Escoles PDJ - Novembre

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 3 Fesolets amb verdures Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata amb rostes de pa al forn Lasanya amb bolonyesa vegetal Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Sopa vegetal amb arròs Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Pera	9 Pèsols guisats amb patates Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Croquetes vegetals Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural
13 Mongeta tendra amb patata Fideuà de verdures amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) logurt natural	15 Escudella barrejada vegetal (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla vegetal (proteïna vegetal i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties estofades amb patates Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs amb verdures Taronja	21 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Hamburguesa vegetal a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	23 Sopa vegetal amb meravella Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari
27 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verdures Hamburguesa vegetal a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Arròs amb verdures Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb raves i olives verdes logurt natural	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636


Menú s/fruita seca Escoles PDJ - Novembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata amb rostes de pa al forn Lasanya amb bolonyesa vegetal (s/g i s/l) Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Sopa de lluç i crancs amb arròs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Pera	9 Pèsols guisats amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural
13 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) logurt natural	15 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Taronja	21 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	23 Sopa d'au amb meravella Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari (s/al.lergèns)
27 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Arròs amb verduretes Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes logurt natural	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/gluten Escoles PDJ - Novembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/g) Truita de verdures Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 Fesolets amb verdures Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata amb rostes de pa (s/g) Lasanya amb bolonyesa vegetal (s/g i s/l) Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Sopa de lluç i crancs amb arròs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Pera	9 Pèsols guisats amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat (s/g i s/o) Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural
13 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix (s/g i s/o) amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa (s/g) Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) logurt natural	15 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/g i s/o) Carn d'olla (carn i verdura bullida) (s/g i s/o) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa (s/g) Arròs a la cassola amb au Taronja	21 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	23 Sopa amb meravella (s/g i s/o) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor amb patata Croquetes de cigrò casolanes Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari (s/al.lergèns)
27 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/g) Truita de verdures Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa (s/g) Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verdures Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes logurt natural	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/lactosa Escoles PDJ - Novembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Macarrons a la napolitana Truita de verdures Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 3 Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata amb rostes de pa al forn Lasanya amb bolonyesa vegetal (s/g i s/l) Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Sopa de lluç i crancs amb arròs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Pera	9 Pèsols guisats amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Gelatina de maduixa
13 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa allioli (amb ou) Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Gelatina de maduixa	15 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Taronja	21 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Xampinyons saltats amb all i julivert Mandarina	23 Sopa d'au amb meravella Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor amb patata Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari (s/al.lergèns)
27 Macarrons a la napolitana Truita de verdures Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Arròs amb verduretes Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Gelatina de maduixa	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/ou Escoles PDJ - Novembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/o) Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 Fesolets amb verdures Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata amb rostes de pa al forn Lasanya amb bolonyesa vegetal (s/o) Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Filet de carn magra de porc a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Sopa de lluç i crancs amb arròs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Pera	9 Pèsols guisats amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat (s/o) Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural
13 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix (s/g i s/o) amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Pollastre al forn amb ceba logurt natural	15 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/o) Carn d'olla (carn i verdura bullida) (s/g i s/o) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Taronja	21 Llenties estofades amb arròs Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	23 Sopa amb meravella (s/g i s/o) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari (s/al.lergèns)
27 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat (s/o) Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verdures Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes logurt natural	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/peix i s/marisc Escoles PDJ - Novembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 3 Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata amb rostes de pa al forn Lasanya amb bolonyesa vegetal Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Sopa d'au amb arròs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Pera	9 Pèsols guisats amb patates Filet de carn magra de porc a la planxa Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural
13 Mongeta tendra amb patata Fideus a la cassola amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) logurt natural	15 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties estofades amb patates Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Taronja	21 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	23 Sopa d'au amb meravella Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari
27 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verduretes Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Arròs amb verduretes Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes logurt natural	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/porc Escoles PDJ - Novembre



SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 3 Fesolets amb verduretes Hamburguesa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata amb rostes de pa al forn Lasanya amb bolonyesa vegetal Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Sopa de lluç i crancs amb arròs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Pera	9 Pèsols guisats amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda logurt natural
13 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) logurt natural	15 Escudella barrejada vegetal (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (carn i verdura bullida) (s/p i s/pr-v) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Taronja	21 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons Mandarina	23 Sopa vegetal amb meravella Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor gratinada amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari
27 Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Truita de verdures Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verduretes Hamburguesa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Arròs amb verduretes Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes logurt natural	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/proteïna de la llet de la vaca Escoles PDJ - Novembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Macarrons a la napolitana Truita de verdures Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Plàtan	2 3 Fesolets amb verdures Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Poma
6 Puré de bledes i patata amb rostes de pa al forn Lasanya amb bolonyesa vegetal (s/g i s/l) Plàtan	7 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Mandarina	8 Sopa de lluç i crancs amb arròs Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques Pera	9 Pèsols guisats amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Poma	10 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Gelatina de maduixa
13 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa allioli (amb ou) Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	14 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Gelatina de maduixa	15 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	16 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Plàtan	17 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
20 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Taronja	21 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	22 Mongetes seques estofades amb pastanagues Cuixa de pollastre a la planxa Xampinyons saltats amb all i julivert Mandarina	23 Sopa d'au amb meravella Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Plàtan	24 Coliflor amb patata Croquetes de cigró casolanes Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Postres d'aniversari (s/al.lergèns)
27 Macarrons a la napolitana Truita de verdures Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Plàtan	28 Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Llenties estofades amb patates Mandarina	29 Fesolets amb verdures Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Pera	30 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Gelatina de maduixa	

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Hipocalòric Escoles PDJ - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Poma
4 Puré de bledes i patata Bistec de vedella a la planxa amb mongeta tendra i pastanagues saltades Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural sense sucre	8
11 Mongeta tendra amb patata Filet de peix al forn amb xampinyons Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Taronja	13 Saltat de verdura i patata de temporada Cuixa de pollastre a la planxa amb tomàquet al forn Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties amb verdures Peix de Mercat a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural sense sucre	15 Crema de verdures de temporada Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga Filet de carn magra de porc a la planxa amb mongeta tendra i pastanagues saltades Raïm	19 Llenties amb verdures Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor amb patata Filet de lluç amb ceba, all i lorer al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Caldo de nadal amb galets Pollastre al forn Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patata al caliu logurt natural sense sucre	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú Ovolactovegetarià Escoles PDJ - Desembre

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Mandonguilles vegetals a la jardinerera Poma
4 Puré de bledes i patata Espaguetis a la bolonyesa vegetal Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Croquetes vegetals Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	8
11 Mongeta tendra amb patata Fideuà de verdures amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Taronja	13 Escudella barrejada vegetal (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla vegetal (proteïna vegetal i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties estofades amb patates Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural	15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs amb verduretes Raïm	19 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor gratinada amb beixamel Tall de formatge fresc Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Caldo vegetal amb galets Mandonguilles vegetals a la jardinerera Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636



Menú s/fruita seca Escoles PDJ - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Poma
4 Puré de bledes i patata Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	8
11 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Taronja	13 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural	15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Raïm	19 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor gratinada amb beixamel Filet de lluç amb ceba, all i lloret al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Caldo de nadal amb galets Pollastre al forn amb ceba Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons (s/al.lèrgens)	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/gluten Escoles PDJ - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Poma
4 Puré de bledes i patata Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat (s/g i s/o) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	8
11 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix (s/g i s/o) amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa (s/g) Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Taronja	13 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/g i s/o) Carn d'olla (carn i verdura bullida) (s/g i s/o) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural	15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa (s/g) Arròs a la cassola amb au Raïm	19 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor amb patata Filet de lluç amb ceba, all i lloret al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Caldo de nadal amb galets (s/g i s/o) Pollastre al forn amb ceba Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons (s/al.lèrgens)	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/lactosa Escoles PDJ - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Poma
4 Puré de bledes i patata Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Gelatina de maduixa	8
11 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa alloli (amb ou) Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Taronja	13 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i api Gelatina de maduixa	15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Raïm	19 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor amb patata Filet de lluç amb ceba, all i lorer al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Caldo de nadal amb galets Pollastre al forn amb ceba Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons (s/al.lèrgens)	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636


Menú s/ou Escoles PDJ - Desembre

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Poma
4 Puré de bledes i patata Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat (s/o) Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	8
11 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix (s/g i s/o) amb salsa allioli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn Pollastre al forn amb ceba Taronja	13 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/o) Carn d'olla (carn i verdura bullida) (s/g i s/o) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural	15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Raïm	19 Llenties estofades amb arròs Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor gratinada amb beixamel Filet de lluç amb ceba, all i llorer al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Caldo de nadal amb galets (s/g i s/o) Pollastre de Nadal amb panses i prunes Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons (s/al.lèrgens)	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menús supervisats per Sílvia Gutiérrez
Dietista-Nutricionista col. núm. CAT000636

Menú s/peix i s/marisc Escoles PDJ - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Poma
4 Puré de bledes i patata Espaguetis a la bolonyesa vegetal Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	8
11 Mongeta tendra amb patata Fideus a la cassola amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Taronja	13 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties estofades amb patates Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural	15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Raïm	19 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor gratinada amb beixamel Gall dindi amb ceba, all i lorer al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Caldo de nadal amb galets Pollastre de Nadal amb panses i prunes Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/porc Escoles PDJ - Desembre



SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Poma
4 Puré de bledes i patata Espaguetis a la bolonyesa vegetal Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural	8
11 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa alloli Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Taronja	13 Escudella barrejada vegetal (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (carn i verdura bullida) (s/p i s/pr-v) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i api logurt natural	15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Raïm	19 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor gratinada amb beixamel Filet de lluç amb ceba, all i lloret al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Brou de verdures amb galets Pollastre de Nadal amb panses i prunes Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Menú s/proteïna de la llet de la vaca Escoles PDJ - Desembre

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

7 i TRIA, SLU

Fundesplai

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Poma
4 Puré de bledes i patata Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/al.lèrgens) Plàtan	5 Cigrons estofats amb espinacs Truita de patata i fonoll Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Mandarina	6	7 Bròquil i pastanagues amb patata Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Gelatina de maduixa	8
11 Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa alloli (amb ou) Enciams variats amanits amb col llombarda i api Poma	12 Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Taronja	13 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida) Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Pera	14 Llenties estofades amb patates Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb col llombarda i api Gelatina de maduixa	15 Arròs integral amb salsa de tomàquet Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Kiwi
18 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb au Raïm	19 Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes i col llombarda Pera	20 Coliflor amb patata Filet de lluç amb ceba, all i lorer al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Poma	21 Caldo de nadal amb galets Pollastre al forn amb ceba Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Patates xips Neules i torrons (s/al.lèrgens)	22
25	26	27	28	29

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens