

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!! 6

Puré de verdures (carbassó, porro, patata i tomàquet) amb lluç
Triturat de fruita

k 618 **H** 66,8 **P** 40,2 **L** 20

7

Puré de verdures (mongeta tendra, carbassa, ceba, sèmola) amb pollastre
Triturat de fruita

k 645 **H** 76,8 **P** 29,6 **L** 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL 8

Puré de verdures (ceba, tomàquet, porro, patata) amb llentíes
Triturat de fruita (ECO)

k 616 **H** 92,2 **P** 16 **L** 21,3



DIA PROTEÏNA VEGETAL 12

Puré de verdures (carbassó, pastanaga, pebrot i patata) amb pèsols
Triturat de fruita

k 618 **H** 66,8 **P** 40,2 **L** 20

13

Puré de verdures (carbassó, porro, patata i tomàquet) amb fèsols i ou
Triturat de fruita

k 648 **H** 87 **P** 20 **L** 25,6

14

Puré de verdures (mongeta tendra, carbassó, ceba, patata) amb pollastre
Triturat de fruita ECO

k 595 **H** 61,7 **P** 32 **L** 24,3

15

Puré de verdures (carbassó, porro, patata i tomàquet) amb salmó
Triturat de fruita

k 631 **H** 62,6 **P** 30,2 **L** 28,9

18

Puré de verdures (mongeta tendra, pastanaga, ceba, sèmola) amb pollastre
Triturat de fruita ECO

k 617 **H** 55,6 **P** 23,6 **L** 33,6

19

Puré de verdures (carbassó, porro, patata i tomàquet) amb lluç
Triturat de fruita

k 821 **H** 103 **P** 40 **L** 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL 20

Puré de verdures (ceba, mongeta tendra, porro, patata) amb cigrons
Triturat de fruita (ECO)

k 691 **H** 109 **P** 21,5 **L** 19,3

Dia Internacional per la Pau 21

Puré de verdures (carbassó, porro, pèsols i tomàquet) amb ou
Triturat de fruita

k 719 **H** 79,9 **P** 26,5 **L** 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL 22

Puré de verdures (ceba, tomàquet, porro, patata) amb llentíes
Triturat de fruita (ECO)

k 646 **H** 64,7 **P** 35,1 **L** 27,3

ARRIBA LA TARDOR 25

Puré de verdures (mongeta tendra, pastanaga, ceba, patata) amb llong de porc
Triturat de fruita ECO

k 588 **H** 65,2 **P** 29,8 **L** 22,2

26

Puré de verdures (mongeta tendra, pastanaga, ceba) amb pollastre i cigrons
Triturat de fruita

k 704 **H** 78,1 **P** 30,5 **L** 30,1

27

Puré de verdures (carbassó, porro, patata i tomàquet) amb rap
Triturat de fruita

k 602 **H** 68,5 **P** 33,7 **L** 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL 28

Puré de verdures (carbassa, ceba, patata) amb llentíes
Triturat de fruita ECO

k 666 **H** 93,4 **P** 16,1 **L** 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS 29

Puré de verdures (carbassó, porro, pèsols i sèmola) amb ou
Triturat de fruita

k 687 **H** 76,7 **P** 23,8 **L** 31,3

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols (verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata (pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet (sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet, ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

18

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata dau i d'oliva
Calamars encebats amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

19

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties (col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier (pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga, carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

26

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

27

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs (blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Hummus de cigrons amb bastonets de pa
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Arròs integral amb tomàquet
Varetes de verdures
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i ceba)
Cigrons amb blat de moro
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Hamburguesa de verdures
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i cigrons
*Amanida variada
Fruita de temporada

18

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Truita francesa
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

19

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Truita francesa a dau
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Crema de verdures
Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

26

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Rotllet de verdures al forn
(bolets, col, ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada

27

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!! 6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Hummus de cigrons amb bastonets de pa
*Amanida variada
logurt natural de soja

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

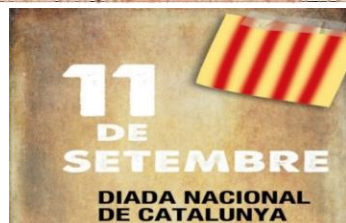
Arròs integral amb tomàquet
Varetes de verdures
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3



11

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

12

Verdurestes al forn
Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Amanida de tomàquet i olives
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

13

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i ceba)
Cigrons amb blat de moro
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

14

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Hamburguesa de verdures
*Amanida variada
logurt natural de soja

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

15

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i cigrons
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

18

Fesols blancs guisats amb patata
dau i oli d'oliva
Finguers de verdures
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 821 H 103 P 40 L 25,6

19

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

20

Dia Internacional per la Pau 21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Pèsols saltejats amb carbassó i all
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

21

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

22

ARRIBA LA TARDOR 25

Minestra Primantier
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Llenties saltejades
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

25

Crema de verdures
Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
*Amanida variada
logurt natural de soja

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

26

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Rotllet de verdures al forn
(bolets, col, ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

27

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

28

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS 29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Hummus amb bastonets de pa
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre Halal a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols (verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata (pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre Halal al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet (sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet, ceba, carbassó, pebrot i pollastre Halal
*Amanida variada
Fruita de temporada

18

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata dau i d'oliva
Calamars encebats amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

19

k 821 H 103 P 40 L 25,6

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties (col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier (pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Truita francesa a dau amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga, carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre Halal al forn amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

26

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

27

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs (blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!! 6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

DIA PROTEÏNA VEGETAL 8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

BENVINGUDA !!! 13

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL 15

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

DIA PROTEÏNA VEGETAL 20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau 21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL 22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR 25

Minestra Primantier
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Truita francesa a daus
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

DIA PROTEÏNA VEGETAL 26

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
Truita de patata i ceba
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL 27

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL 28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS 29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

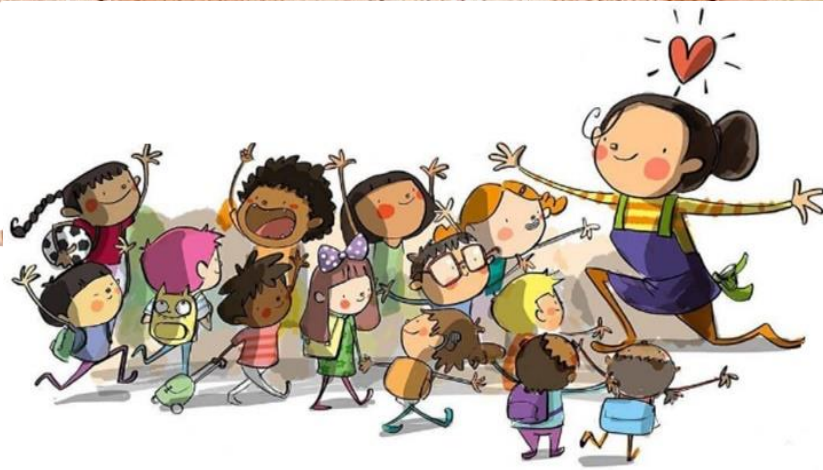
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta S/GLUTEN
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida d'arròs i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Puré de patata amb formatge fos
Llenties S/G guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons S/GLUTEN amb pèsols i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (S/G) (albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols (verdures i sofregit)
Truita francesa

Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata (pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet (sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Crema de verdures amb pa S/GLUTEN
Sofregit de tomàquet, ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata dau i d'oliva
Calamars encebats amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 821 H 103 P 40 L 25,6

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties S/G (col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis S/G amb salsa de tomàquet
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier (pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn amb amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga, carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals S/GLUTEN amb sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties S/G amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs (blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!! 6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
iogurt natural S/LACTOSA

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

DIA PROTEÏNA VEGETAL 8

Purè de patata amb formatge fos s/lactosa
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

13

Estofat de fèsols
(verdurettes i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i olives
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

15

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
iogurt Natural S/LACTOSA

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

DIA PROTEÏNA VEGETAL 20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de lleties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau 21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL 22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de lleties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR 25

Minestra Primantier (S/ traces lactosa)
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

26

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn
amb pinya
*Amanida variada
iogurt Natural S/LACTOSA

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

27

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL 28

Crema de carbassa (llet S/L)
Estofat de lleties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS 29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3



DIA PROTEÏNA VEGETAL 12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures forn (S/ traces L)
(alberginia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

18

Crema de verdures S/L amb crostonets S/L
Fajitas S/L amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

19

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Calamars encebats
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
iogurt natural S/LACTOSA

k 821 H 103 P 40 L 25,6

25

Minestra Primantier (S/ traces lactosa)
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

26

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn
amb pinya
*Amanida variada
iogurt Natural S/LACTOSA

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

27

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL 28

Crema de carbassa (llet S/L)
Estofat de lleties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS 29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3



*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
iogurt natural de soja

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata (S/llet)
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures forn (S/ traces Llet)
(alberginia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i olives
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
iogurt natural de soja

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Crema de verdures S/Llet amb crostonets S/L
Fajitas S/L amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

18

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Calamars encebats
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
iogurt natural de soja

19

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier (S/ traces lactosa)
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot

Contraçuixa de pollastre al forn
amb pinya
*Amanida variada
iogurt Natural de soja

26

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

27

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa (S/llet)
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
iogurt natural de soja

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata (S/llet)
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures forn (S/ traces L)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i olives
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
iogurt natural de soja

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Crema de verdures S/llet amb crostonets S/lle
Fajitas S/llet amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

18

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Calamars encebats
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
iogurt natural (LA FAGEDA)

19

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier (S/ traces lactosa)
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot

Contraçuixa de pollastre al forn
amb pinya
*Amanida variada
iogurt Natural de soja

26

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

27

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa (S/llet)
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols (verdurettes i sofregit)
Lluç al forn

Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata (pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet (sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet, ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata dau i d'oliva
Calamars encebats amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties (col fina, ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures i carxofes confitades
Pit de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier (pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga, carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs (blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Lluç al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida d'arròs i verdures
(blat de moro, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata amb crostonets
Pit de pollastre amb tomàquet al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

Macarrons integrals amb tomàquet i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Arròs sofregit amb verdures

Truita francesa
Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata (pastanaga, pèsols, mongetes v. i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet (sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet, ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Patates guisades tomàquet i oli d'oliva
Calamars encebats amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 821 H 103 P 40 L 25,6

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de quinoa (col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Arròs integral amb verdures i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra s/pèsols
Pinxo de porc adobat al forn amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Patates guisades amb pastanaga, carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera (s/pèsols)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Espaguetis integrals amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs (blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Puré de patata amb formatge fos
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols (verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata (pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet (sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb pa S/fruits secs
Fajitas amb sofregit de tomàquet, ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

18

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata dau i d'oliva
Calamars encebats amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

19

k 821 H 103 P 40 L 25,6

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties (col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier (pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga, carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

26

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

27

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs (blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Hummus de cigrons amb bastonets de pa
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i ceba)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Pit de pollastre al forn
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

18

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Filet de llom
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

19

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina, ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn
amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

26

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Ous durs amb salsa de tomàquet
*Amanida variada
Fruita de temporada

27

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa

Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Filet de llom
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina, ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot

Contraçuixa de pollastre al forn
amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba

Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Filet de llom a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(blat de moro, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Puré de patata amb formatge fos
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(albergínia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa

Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Truita francesa
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i ou dur
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Calamars encebats
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Crema de verdures
Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada*

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Purè de patata amb crostonets
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO) *

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures al forn (45061)
(alberginia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada*

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa

Amanida de tomàquet i formatge frec
Fruita de temporada*

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)*

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

Gaspatxo amb crostonets
Fajitas amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada*

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Calamars encebats
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
logurt natural (LA FAGEDA)

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)*

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada*

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)*

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Minestra Primantier
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)*

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn
amb pinya
*Amanida variada
logurt natural (La Fageda)

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada*

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)*

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada*

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!! 6

Amanida de pasta
(blat,pebrot,pastanaga, olives)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
*Amanida variada
iogurt natural de soja

k 618 **H** 66,8 **P** 40,2 **L** 20

7

Arròs integral amb tomàquet
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida de quinoa i verdures
(soja, blat, pebrot, ceba i panses)
Fruita de temporada

k 645 **H** 76,8 **P** 29,6 **L** 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL 8

Purè de patata (S/llet)
Llenties guisades
amb ceba, pebrot i pastanaga
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 616 **H** 92,2 **P** 16 **L** 21,3



DIA PROTEÏNA VEGETAL 12

Macarrons integrals amb pèsols
i xampinyons (sofregit ceba i tomàquet)
Tempura de verdures forn (S/ traces L)
(alberginia, carbassó pastanaga i pebrot)
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 618 **H** 66,8 **P** 40,2 **L** 20

13

Estofat de fèsols
(verdures i sofregit)
Truita francesa
Amanida de tomàquet i olives
Fruita de temporada

k 648 **H** 87 **P** 20 **L** 25,6

14

Amanida de patata
(pastanaga, pèsols, mongetes i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 595 **H** 61,7 **P** 32 **L** 24,3

15

Arròs integral amb tomàquet
(sofregit de ceba i tomàquet)
Salmó al forn amb llimona
*Amanida variada
iogurt natural de soja

k 631 **H** 62,6 **P** 30,2 **L** 28,9

18

Gaspaxo amb crostonets S/Llet
Fajitas S/Llet amb sofregit de tomàquet,
ceba, carbassó, pebrot i pollastre
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 617 **H** 55,6 **P** 23,6 **L** 33,6

19

Fesols blancs guisats amb patata
dau i d'oliva
Calamars encebats
amb ceba i tomàquet
*Amanida variada
iogurt natural de soja

k 821 **H** 103 **P** 40 **L** 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL 20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Amanida de llenties
(col fina , ceba i pastanaga)
*Amanida variada
Fruita de temporada (ECO)

k 691 **H** 109 **P** 21,5 **L** 19,3

Dia Internacional per la Pau 21

Arròs integral amb verdures
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó i pèsols
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 719 **H** 79,9 **P** 26,5 **L** 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL 22

Espaguetis integrals amb bolonyesa
de llenties
Espinacs saltejats a l'allet
Dauets de tomàquet a la provençal
Fruita de temporada (ECO)

k 646 **H** 64,7 **P** 35,1 **L** 27,3

ARRIBA LA TARDOR 25

Minestra Primantier (S/ traces lactosa)
(pastanaga, patata, pèsols mongeta i ceba)
Pinxo de porc adobat al forn
amb cous cous i panses
Fruita de temporada(ECO)

k 588 **H** 65,2 **P** 29,8 **L** 22,2

26

Cigrons guisats amb pastanaga,
carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn
amb pinya
*Amanida variada
iogurt Natural de soja

k 704 **H** 78,1 **P** 30,5 **L** 30,1

27

Espirals integrals amb
sofregit de xampinyons i ceba
Filet de rap a la marinera
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 602 **H** 68,5 **P** 33,7 **L** 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL 28

Crema de carbassa (S/llet)
Estofat de llenties amb verdures
*Amanida variada
Fruita de temporada(ECO)

k 666 **H** 93,4 **P** 16,1 **L** 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS 29

Amanida d'arròs
(blat,tomàquet, pastanaga, olives)
Truita de carbassó
*Amanida variada
Fruita de temporada

k 687 **H** 76,7 **P** 23,8 **L** 31,3





*Cuinat amb oli d'oliva / làctic acció social / integral / Ecològic / Pa i carn local / Aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Que comenci la màgia!



BENVINGUDA !!!

6

Amanida de patata
(pebrot verd i vermell, blat de moro)
Filet de lluç al forn amb llit de porro
Enciam i cogombre
Postres*

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Arròs integral amb daus de carbassó
Bistec de pollastre a la planxa
Amanida verda
(enciam , cogombre i pebrot)
Postres*

k 645 H 76,8 P 29,6 L 24,1

DIA PROTEÏNA VEGETAL

8

Puré de patata (S/llet)
Truita francesa
amb pebrot
Enciam amanit amb oli d'oliva
Postres*

k 616 H 92,2 P 16 L 21,3

DIA PROTEÏNA VEGETAL

12

Espagueti S/G (82265) amb xampinyons

Filet de gall dindi al forn
Carbassó a la planxa
*Enciam i pebrot
Postres*

k 618 H 66,8 P 40,2 L 20

Estofat de patata
(carbassó, pebrot vermell i verd)
Truita francesa
Amanida de cogombre
Postres*

k 648 H 87 P 20 L 25,6

Amanida de patata
(mongeta tendra i tonyina)
Contraçuixa de pollastre al forn
Enciam i api
Postres*

k 595 H 61,7 P 32 L 24,3

Arròs integral amb oli i orgena

Salmó al forn
Enciam i cogombre
Postres*

k 631 H 62,6 P 30,2 L 28,9

11 DE SETEMBRE
DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

11

Crema de bròquil S/llet
Pollastre al forn
Pebrot i carbassó
Enciam i cogombre
Postres*

k 617 H 55,6 P 23,6 L 33,6

Patata dau amb oli d'oliva
Calamars a la planxa amb julivert

*Enciam i pebrot
Postres*

k 821 H 103 P 40 L 25,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

20

Trinxat de mongeta tendra i patata
Filet de gall dindi a la planxa
(col fina ,pebrot verd i vermell)
Enciam amanit amb oli d'oliva
Postres*

k 691 H 109 P 21,5 L 19,3

Dia Internacional per la Pau

21

Arròs integral amb verdures*
i carxofes confitades
Remanat d'ous amb carbassó
Enciam i api
Postres*

k 719 H 79,9 P 26,5 L 32,6

DIA PROTEÏNA VEGETAL

22

Espagueti (S/G) (82265) amb oli i orenga

Filet de lluç al forn
Espinacs saltejats a l'allet
Postres*

k 646 H 64,7 P 35,1 L 27,3

ARRIBA LA TARDOR

25

Mongeta tendra, coliflor i patata
Llom a la planxa
amb arròs pilaf
Postres*

k 588 H 65,2 P 29,8 L 22,2

Arròs amb carbassa,
carbassó i pebrot
Contraçuixa de pollastre al forn

Enciam i cogombre
Postres*

k 704 H 78,1 P 30,5 L 30,1

Xampinyons saltejats amb julivert
i espagueti (S/G)(82265)
Filet de rap al forn
*Enciam i pebrot
Postres*

k 602 H 68,5 P 33,7 L 21,5

DIA PROTEÏNA VEGETAL

28

Crema de carbassa (S/llet)
Estofat de gall dindi amb carbassó i
Enciam amanit amb oli d'oliva
Postres*

k 666 H 93,4 P 16,1 L 26,8

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Amanida d'arròs
(blat de moro, cogombre pebrot vermell)
Truita francesa
Enciam i api
Postres*

k 687 H 76,7 P 23,8 L 31,3



recomanacions del sopar

Us suggerim els grups d'aliments més adients per al sopar dels vostres fills i filles, per tal de completar la dieta equilibrada del dia. aquestes orientacions us poden ajudar a planificar els sopars setmanals perquè siguin variats i saludables.

DINAR



SOPAR



aquest mes

SETEMBRE
2023

Benvinguda al nou curs

Jocs de coneixença fem joc lliure i dirigit

Coneixem la normativa del menjador

Dia de la Pau Arribada de la tardor

Jornada gastronòmica

⚠️ DEPÈN DE LES AL·LÈRGIES, INTOLERÀNCIES I/O DERIVACIONS:

***AMANIDES VARIADES: (3 ref /dia) ENCIAM O MEZCLUM, PASTANAGA, OLIVES, BLAT DE MORO, TOMÀQUET, COGOMBRE, PIPES, SOJA, CEBA, REMOLATXA, POMA O FORMATGE FRESC.**

PRODUCTE ECO

ARRÒS, PASTA, LLEGUM, CARBASSÓ, CARBASSA, PASTANAGA, PATATA, QUINOIA I ESPINACS.

2 dies a la setmana fruita ecològica

CUINAT AMB OLI D'OLIVA

***OUS FRESCOS I ECOLÒGICS**

***INTEGRAL – PA, PASTA I ARRÒS**

***LÀCTIC D'ACCIÓ SOCIAL (LA FAGEDA)**

***PRODUCTE LOCAL (CARN I PA)**

***POLLASTRE HALAL**

***ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA (integral)**

I AIGUA DE XARXA

petits canvis
PER MENJAR MILLOR

SERHS FOOD

3 SET 2023
Dpto. Dietètica y Nutrición
Gemma Puig Nuñez
Col. Núm. CAT001322



D'acord amb el reglament (ue) 1169/2011 del parlament Europeu i del Consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Informació nutricional del menú escolar diari

K energia (kcal) **P** proteïna
H Hidrats de carboni **L** Lípids