MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Menú Halal - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre halal al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	5 Cigrons estofats amb verdures Pollastre halal al forn Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	6 Sopa d'au halal amb arròs Lluç amorosit amb salsa de tomàquet, albergínia, pastanaga, ceba 4-9T Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	10 Risotto de carabassa i tomàquet Pollastre halal a la jardinera (pebrot, tomàquet, bolets) Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba, nata) 1-3T-6T-7-10T Seitó a l'andalusa casolà 1-2T-4-6T-10T-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre halal amb cítrics Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	17 Sopa d'au halal amb pasta 1-3T-6T-10T Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera 2T-4-10-12-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	18 Arròs napolitana Truita de tonyina casolana 3-4 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Salsitxes de pollastre halal al forn 12 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	20 Coliflor cruixent i patata al forn 1-6T-7-10T Estofat de gall dindi halal a la jardinera Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	25 Sopa d'au halal amb pistons 1-3T-6T-10T Pollastre halal al forn amb poma Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb pollastre halal 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Rap a l'andalusa casolà 1-4-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals amb bolonyesa de pollastre halal 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T				

ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Ovolactovegetarià - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Hamburguesa vegana 1-6 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	5 Cigrons estofats amb verdures Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	6 Sopa de verdures amb arròs 9 Mongetes blanques saltades amb verdures 12 Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	10 Risotto de carabassa i tomàquet Hamburguesa vegana 1-6 Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba, nata) 1-3T-6T-7-10T Mongetes blanques saltades amb verdures 12 Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Truita francesa casolana 3 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	17 Sopa de verdures amb pasta 1-3T-6T-9-10T Cigrons saltats amb verdures Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	18 Arròs napolitana Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Hamburguesa vegana 1-6 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	20 Coliflor cruixent i patata al forn 1-6T-7-10T Truita francesa casolana 3 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	25 Sopa de verdures amb pasta 1-3T-6T-9-10T Mongetes blanques saltades amb verdures 12 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb verdures i pèsols 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Hamburguesa vegana 1-6 Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T				

ALÈRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense Carn - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Lluç al forn 4 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	5 Cigrons estofats amb verdures Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	6 Sopa de verdures amb arròs 9 Lluç amorosit amb salsa de tomàquet, albergínia, pastanaga, ceba 4-9T Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	10 Risotto de carabassa i tomàquet Lluç al forn 4 Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba, nata) 1-3T-6T-7-10T Seitó a l'andalusa casolà 1-2T-4-6T-10T-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Truita francesa casolana 3 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	17 Sopa de verdures amb pasta 1-3T-6T-9-10T Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera 2T-4-10-12-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	18 Arròs napolitana Truita de tonyina casolana 3-4 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Lluç al forn 4 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	20 Coliflor cruixent i patata al forn 1-6T-7-10T Truita francesa casolana 3 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	25 Sopa de verdures amb pasta 1-3T-6T-9-10T Lluç al forn amb poma 4 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb verdures i pèsols 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Rap a l'andalusa casolà 1-4-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T				

ALÈRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense Fruits Secs - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt 7	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita variada	5 Cigrons estofats amb verdures Capçada de porc rostida Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada	6 Sopa de brou amb arròs Lluç amorosit amb salsa de tomàquet, albergínia, pastanaga, ceba 4-9T Patata dau Fruita variada
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada	10 Risotto de carabassa i tomàquet Estofat de carn magra a la jardinera Patata dau Fruita variada	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba, nata) 1-3T-6T-7-10T Seitó a l'andalusa casolà 1-2T-4-6T-10T-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt 7	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre amb cítrics Arròs saltat Fruita variada
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada	17 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta fina 1-3T-6T-10T Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera 2T-4-10-12-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt 7	18 Arròs napolitana Truita de tonyina casolana 3-4 Amanida d'enciam i olives Fruita variada	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Botifarra al forn 7T-12 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada	20 Coliflor cruixent i patata al forn 1-6T-7-10T Estofat de gall dindi a la jardinera Arròs saltat Fruita variada
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita de pernil dolç casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt 7	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada	25 Sopa de brou amb pistons 1-3T-6T-10T Pollastre al forn amb poma Arròs saltat Fruita variada	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb magra 1-3T-6T-10T Fruita variada	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Rap a l'andalusa casolà 1-4-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals a la bolonyesa i formatge ratllat 1-3T-6T-7-10T-12 Fruita variada				

ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense Gluten - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Pasta s/gluten s/ou amb sofregit de tomàquet i orenga 6T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt i Pa s/gluten 6-7-10T-13T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	5 Cigrons estofats amb verdures Capçada de porc rostida Amanida d'enciam i remolatxa Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	6 Sopa de brou amb arròs Lluç amorosit amb salsa de tomàquet, albergínia, pastanaga, ceba 4-9T Patata dau Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T
9 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	10 Risotto de carabassa i tomàquet Estofat de carn magra a la jardinera Patata dau Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons saltats amb verdures Amanida d'enciam i blat de moro Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	12 Pasta s/gluten s/ou amb salsa d'espinacs 6T-7 Seitó a l'andalusa casolà s/gluten 2T-4-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa s/gluten 6-7-10T-13T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre amb cítrics Arròs saltat Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T
16 Crema de carabassa Pasta s/gluten s/ou amb bolonyesa de pollastre 6T Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	17 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta s/gluten s/ou 6T Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera 2T-4-10-12-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa s/gluten 6-7-10T-13T	18 Arròs napolitana Truita de tonyina casolana 3-4 Amanida d'enciam i olives Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Botifarra al forn 7T-12 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	20 Coliflor amb patata Estofat de gall dindi a la jardinera Arròs saltat Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita de pernil dolç casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt i Pa s/gluten 6-7-10T-13T	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	25 Sopa de brou amb pasta s/gluten s/ou 6T-9 Pollastre al forn amb poma Arròs saltat Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T	26 Mongeta verda amb patata Pasta s/gluten s/ou a la cassola amb magra 6T Iogurt i Pa s/gluten 6-7-10T-13T	27 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Rap a l'andalusa casolà s/gluten 4 Amanida d'enciam i remolatxa Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T
30 Crema de carabassó, patata i ceba Pasta s/gluten s/ou a la bolonyesa i formatge ratllat 6T-7-12 Fruita Variada i Pa s/gluten 6-10T-13T				

ALÈRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense Lactosa - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt de soja 6-8T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita variada	5 Cigrons estofats amb verdures Capçada de porc rostida Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada	6 Sopa de brou amb arròs Lluç amorosit amb salsa de tomàquet, albergínia, pastanaga, ceba 4-9T Patata dau Fruita variada
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada	10 Risotto de carabassa i tomàquet Estofat de carn magra a la jardinera Patata dau Fruita variada	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba) s/nata 1-3T-6T-10T Seitó a l'andalusa casolà 1-2T-4-6T-10T-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt de soja 6-8T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre amb cítrics Arròs saltat Fruita variada
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada	17 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta fina 1-3T-6T-10T Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera 2T-4-10-12-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt de soja 6-8T	18 Arròs napolitana Truita de tonyina casolana 3-4 Amanida d'enciam i olives Fruita variada	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Lluç al forn 4 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada	20 Coliflor amb patata Estofat de gall dindi a la jardinera Arròs saltat Fruita variada
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita de pernil dolç casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt de soja 6-8T	24 Vichyssoise s/llet ni derivats Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada	25 Sopa de brou amb pistons 1-3T-6T-10T Pollastre al forn amb poma Arròs saltat Fruita variada	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb magra 1-3T-6T-10T Fruita variada	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Rap a l'andalusa casolà 1-4-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals amb bolonyesa de pollastre 1-3T-6T-10T Fruita variada				

ALÈRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense Marisc - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	5 Cigrons estofats amb verdures Capçada de porc rostida Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	6 Sopa de brou amb arròs Pit de gall dindi a la planxa Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	10 Risotto de carabassa i tomàquet Estofat de carn magra a la jardinera Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba, nata) 1-3T-6T-7-10T Gall dindi arrebossat casolà 1-3-6T-10T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre amb cítrics Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	17 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta fina 1-3T-6T-10T Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	18 Arròs napolitana Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Botifarra al forn 7T-12 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	20 Coliflor cruixent i patata al forn 1-6T-7-10T Estofat de gall dindi a la jardinera Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita de pernil dolç casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	25 Sopa de brou amb pistons 1-3T-6T-10T Pollastre al forn amb poma Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb magra 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Gall dindi arrebossat casolà 1-3-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals a la bolonyesa i formatge ratllat 1-3T-6T-7-10T-12 Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T				

ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense Ou - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Pasta s/gluten s/ou amb sofregit de tomàquet i orenga 6T Pit de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i olives Iogurt 7	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita variada	5 Cigrons estofats amb verdures Capçada de porc rostida Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada	6 Sopa de brou amb arròs Lluç amorosit amb salsa de tomàquet, albergínia, pastanaga, ceba 4-9T Patata dau Fruita variada
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Pit de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita variada	10 Risotto de carabassa i tomàquet Estofat de carn magra a la jardinera Patata dau Fruita variada	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada	12 Pasta s/gluten s/ou amb salsa d'espinacs 6T-7 Seitó a l'andalusa casolà 1-2T-4-6T-10T-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt 7	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre amb cítrics Arròs saltat Fruita variada
16 Crema de carabassa Pasta s/gluten s/ou amb bolonyesa de llenties 1T-6T Fruita variada	17 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta s/gluten s/ou 6T Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera 2T-4-10-12-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt 7	18 Arròs napolitana Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita variada	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Botifarra al forn 7T-12 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada	20 Coliflor cruixent i patata al forn 1-6T-7-10T Estofat de gall dindi a la jardinera Arròs saltat Fruita variada
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Pit de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt 7	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada	25 Sopa de brou amb pasta s/gluten s/ou 6T-9 Pollastre al forn amb poma Arròs saltat Fruita variada	26 Mongeta verda amb patata Pasta s/gluten s/ou a la cassola amb magra 6T Fruita variada	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Rap a l'andalusa casolà 1-4-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada
30 Crema de carabassó, patata i ceba Pasta s/gluten s/ou a la bolonyesa i formatge ratllat 6T-7-12 Fruita variada				

ALÈRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense Porc - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	5 Cigrons estofats amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	6 Sopa d'au amb arròs Lluç amorosit amb salsa de tomàquet, albergínia, pastanaga, ceba 4-9T Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	10 Risotto de carabassa i tomàquet Pollastre a la jardinera (pebrot, tomàquet, bolets) Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba, nata) 1-3T-6T-7-10T Seitó a l'andalusa casolà 1-2T-4-6T-10T-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre amb cítrics Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	17 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta fina 1-3T-6T-10T Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera 2T-4-10-12-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	18 Arròs napolitana Truita de tonyina casolana 3-4 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Salsitxes de pollastre al forn 12 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	20 Coliflor cruixent i patata al forn 1-6T-7-10T Estofat de gall dindi a la jardinera Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	25 Sopa d'au amb pistons 1-3T-6T-10T Pollastre al forn amb poma Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb pollastre 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Rap a l'andalusa casolà 1-4-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals amb bolonyesa de pollastre 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T				

ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense PLV ni Derivats - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt de soja 6-8T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita variada	5 Cigrons estofats amb verdures Capçada de porc rostida Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada	6 Sopa de brou amb arròs Lluç amorosit amb salsa de tomàquet, albergínia, pastanaga, ceba 4-9T Patata dau Fruita variada
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada	10 Risotto de carabassa i tomàquet Estofat de carn magra a la jardinera Patata dau Fruita variada	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba) s/nata 1-3T-6T-10T Seitó a l'andalusa casolà 1-2T-4-6T-10T-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt de soja 6-8T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre amb cítrics Arròs saltat Fruita variada
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada	17 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta fina 1-3T-6T-10T Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera 2T-4-10-12-14T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt de soja 6-8T	18 Arròs napolitana Truita de tonyina casolana 3-4 Amanida d'enciam i olives Fruita variada	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Lluç al forn 4 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada	20 Coliflor amb patata Estofat de gall dindi a la jardinera Arròs saltat Fruita variada
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita de pernil dolç casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt de soja 6-8T	24 Vichyssoise s/llet ni derivats Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada	25 Sopa de brou amb pistons 1-3T-6T-10T Pollastre al forn amb poma Arròs saltat Fruita variada	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb magra 1-3T-6T-10T Fruita variada	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Rap a l'andalusa casolà 1-4-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals amb bolonyesa de pollastre 1-3T-6T-10T Fruita variada				

ALÈRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.

MENÚ NOVEMBRE 2026 - LA SELVA.

Sense Peix ni Marisc - . - ESCOLA GUILLERIES (La Selva)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2  	3 Espaguetis integrals amb sofregit de tomàquet i orenga 1-3T-6T-10T Truita de carabassó i ceba casolana 3 Amanida d'enciam i olives Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	4 Crema de porros amb oli d'alfàbrega Pollastre al forn amb salsa barbacoa casolana 10-12 Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	5 Cigrons estofats amb verdures Capçada de porc rostida Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	6 Sopa de brou amb arròs Pit de gall dindi a la planxa Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
9 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Truita de patates casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	10 Risotto de carabassa i tomàquet Estofat de carn magra a la jardinera Patata dau Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	11 Crema de carabassó, patata i ceba Cigrons amb cuscús i verdures 1-6T-10T Amanida d'enciam i blat de moro Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	12 Espirals integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba, nata) 1-3T-6T-7-10T Gall dindi arrebossat casolà 1-3-6T-10T Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	13 Patates estofades amb verdures (pebrot, ceba, pèsols) Contracuixa de pollastre amb cítrics Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
16 Crema de carabassa Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	17 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta fina 1-3T-6T-10T Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	18 Arròs napolitana Truita francesa casolana 3 Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	19 Mongetes blanques estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 12 Botifarra al forn 7T-12 Amanida d'enciam i tomàquet Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	20 Coliflor cruixent i patata al forn 1-6T-7-10T Estofat de gall dindi a la jardinera Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
23 Arròs integral amb salsa de carabassa, ceba, porro, tomàquet Truita de pernil dolç casolana 3 Amanida d'enciam i sèsam 11 Iogurt i Pa Integral 1-3T-6-7-8T-10T-11T	24 Vichyssoise (porro, ceba, patata) 7 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	25 Sopa de brou amb pistons 1-3T-6T-10T Pollastre al forn amb poma Arròs saltat Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	26 Mongeta verda amb patata Fideus a la cassola amb magra 1-3T-6T-10T Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T	27 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) 1T Gall dindi arrebossat casolà 1-3-6T-10T Amanida d'enciam i remolatxa Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T
30 Crema de carabassó, patata i ceba Macarrons integrals a la bolonyesa i formatge ratllat 1-3T-6T-7-10T-12 Fruita variada i Pa Integral 1-3T-6-7T-8T-10T-11T				

ALÉRGENOS
1-Gluten
2-Crustaceo
3-Huevo
4-Pescado
5-Cacahuete
6-Soja
7-Leche y Derivados
8-Frutos Secos
9-Apio
10-Mostaza
11-Sesamo
12-Sulfitos
13-Altramuces
14-Moluscos

LA FRUITA DE TEMPORADA OFERIDA SERÀ: plàtan, pera, poma, taronja, mandarina, pinya
MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628
TOTA LA INFORMACIÓ RELATIVA ALS AL·LÈRGENS PRESENTS EN ELS NOSTRES PLATS ESTÀ DISPONIBLE A L'APP «MEDITERRÀNEA EDUCACIÓ». PER A QUALSEVOL CONSULTA, EL NOSTRE PERSONAL ESTARÀ A LA VOSTRA DISPOSICIÓ.