

Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ BASAL

Nutricionista
Montserrat
Vidal

NOVEMBRE
2022

2-12 anys

Fruites servides
aquest mes:

- Taronja
- Mandarina
- Meló
- Síndria
- Poma
- Pera
- Kiwi



Productes
acreditats amb la
certificació
ecològica del
CCPAE.

Productes
d'origen català i/o
adquirits a
l'entorn.

Aliment integral

Dilluns, 31 nov. 22	Dimarts, 1 nov. 22	Dimecres, 2 nov. 22	Dijous, 3 nov. 22	Divendres, 4 nov. 22
<i>Lliure disposició</i>	<i>Festivitat</i>	Espirals napolitana Truita francesa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet Pa integral ● Fruita de temporada ●	Mongeta tendra amb patates Pollastre ● al forn amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 7 nov. 22 Crema de carbassó ● i formatge amb rostes de pa Canelons de carn gratinats Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimarts, 8 nov. 22 Arròs tres delícies Guisat de cigrons amb espinacs Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimecres, 9 nov. 22 Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga Lluç al forn amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dijous, 10 nov. 22 Macarrons ● de la Perla del Segre amb tomàquet Fricandó ● de vedella amb xampinyons Pa integral ● Fruita de temporada ●	Divendres, 11 nov. 22 Amanida de lleties i tomàquet Truita de pernil ● amb amanida d'enciam i pastanaga ● Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 14 nov. 22 Trinxat d'espinacs i patata ● Pollastre al forn amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives Pa integral ● i Fruita ECO ●	Dimarts, 15 nov. 22 Ensaladilla russa Espagueti amb bolonyesa Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dimecres, 16 nov. 22 Lleties ● guisades amb verdures Truita de patates ● amb amanida d'enciam ●, tomàquet i olives Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dijous, 17 nov. 22 Macarrons ● al pesto Salmó al forn ● amb parmentier de patata Pa integral ● Fruita ECO ●	Divendres, 18 nov. 22 Sopa de brou amb estrelletes Pèsols saltats Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 21 nov. 22 Arròs ● a la milanesa Truita de patates amb amanida de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimarts, 22 nov. 22 Lleties ● amb ceba i tomàquet Ventresca de lluç al forn amb verdures Pa integral ● Fruita ECO ●	Dimecres, 23 nov. 22 Macarrons ● amb tomàquet Cigrons estofats Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dijous, 24 nov. 22 Crema de verdures amb rostes de pa Bacallà al forn amb amanida Pa integral ● Fruita ECO ●	Divendres, 25 nov. 22 Minestra i patata ● Lleties estofades amb verdures Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 28 nov. 22 Mongeta ● amb patata Truita de carbassó ● amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dimarts, 29 nov. 22 Trinxat de la Cerdanya Cigrons ● amb tomàquet i ou Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimecres, 30 nov. 22 Crema de pèsols amb rostes de pa Mandonguilles de vedella ● amb salsa jardinera Pa integral ● Fruita de temporada ●		



Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ VEGETARIÀ

**NOVEMBRE
2022**

2-12 anys

**Fruites servides
aquest mes:**

- Taronja
- Mandarina
- Meló
- Síndria
- Poma
- Pera
- Kiwi



Productes
acreditats amb la
certificació
ecològica del
CCPAE.

Productes
d'origen català i/o
adquirits a
l'entorn.

Aliment integral

<p>Dilluns, 31 nov. 22</p> <p><i>Lliure disposició</i></p>	<p>Dimarts, 1 nov. 22</p> <p><i>Festivitat</i></p>	<p>Dimecres, 2 nov. 22</p> <p>Espirals napolitana Truita francesa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dijous, 3 nov. 22</p> <p>Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Divendres, 4 nov. 22</p> <p>Mongeta tendra amb patates <i>Hamburguesa de lleties i menta al forn</i> amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 7 nov. 22</p> <p>Crema de carbassó ● i formatge amb rostes de pa <i>Canelons vegetals gratinats</i> Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimarts, 8 nov. 22</p> <p><i>Arròs tres delícies (s/pernil)</i> Guisat de cigrons amb espinacs Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimecres, 9 nov. 22</p> <p>Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga <i>Truita francesa</i> amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● logurt de proximitat ●</p>	<p>Dijous, 10 nov. 22</p> <p>Macarrons ● de la Perla del Segre amb tomàquet <i>Seitan estofat amb xampinyons</i> Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Divendres, 11 nov. 22</p> <p>Amanida de lleties i tomàquet <i>Truita de formatge</i> amb amanida d'enciam i pastanaga ● Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 14 nov. 22</p> <p><i>Trinxat d'espinacs i patata</i> ● (s/carn) <i>Hamburguesa de quinoa al forn</i> amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives Pa integral ● i Fruita ECO ●</p>	<p>Dimarts, 15 nov. 22</p> <p><i>Ensaladilla russa (s/tonyina)</i> <i>Espagueti amb salsa de tomàquet</i> Pa integral ● logurt de proximitat ●</p>	<p>Dimecres, 16 nov. 22</p> <p>Lleties ● guisades amb verdures Truita de patates ● amb amanida d'enciam ●, tomàquet i olives Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dijous, 17 nov. 22</p> <p>Macarrons ● al pesto <i>Hamburguesa de llegums al forn</i> amb parmentier de patata Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Divendres, 18 nov. 22</p> <p><i>Sopa de brou vegetal amb estrelletes</i> Pèsols saltats Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 21 nov. 22</p> <p><i>Arròs</i> ● amb verdures Truita de patates amb amanida de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimarts, 22 nov. 22</p> <p><i>Amanida verda amb poma i fruits secs</i> Lleties ● amb ceba i tomàquet Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Dimecres, 23 nov. 22</p> <p>Macarrons ● amb tomàquet <i>Cigrons estofats amb verdures</i> Pa integral ● logurt de proximitat ●</p>	<p>Dijous, 24 nov. 22</p> <p>Crema de verdures amb rostes de pa <i>Truita francesa</i> amb amanida Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Divendres, 25 nov. 22</p> <p>Minestra i patata ● Lleties estofades amb verduretes Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 28 nov. 22</p> <p>Mongeta ● amb patata Truita de carbassó ● amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa integral ● logurt de proximitat ●</p>	<p>Dimarts, 29 nov. 22</p> <p><i>Trinxat de la Cerdanya (s/rosta)</i> Cigrons ● amb tomàquet i ou Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimecres, 30 nov. 22</p> <p>Crema de pèsols amb rostes de pa <i>Mandonguilles de soja amb salsa jardinera</i> Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>		

Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ VEGÀ

<p>Dilluns, 31 nov. 22</p> <p><i>Lliure disposició</i></p>	<p>Dimarts, 1 nov. 22</p> <p><i>Festivitat</i></p>	<p>Dimecres, 2 nov. 22</p> <p>Espirals napolitana Tempeh a la planxa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dijous, 3 nov. 22</p> <p>Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Divendres, 4 nov. 22</p> <p>Mongeta tendra amb patates Hamburguesa de lleties i menta al forn amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 7 nov. 22</p> <p>Crema de carbassó ● amb rostes de pa Canelons vegetals amb beixamel de soja Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimarts, 8 nov. 22</p> <p>Arròs amb verdures Guisat de cigrons amb espinacs (s/ou) Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimecres, 9 nov. 22</p> <p>Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga Tofu marinat a la planxa amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● logurt de soja</p>	<p>Dijous, 10 nov. 22</p> <p>Macarrons ● de la Perla del Segre amb tomàquet Seitan estofat amb xampinyons Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Divendres, 11 nov. 22</p> <p>Crema de carbassa amb patata i ceba Amanida de lleties i tomàquet Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 14 nov. 22</p> <p>Trinxat d'espinacs i patata ● (s/carn) Hamburguesa de quinoa al forn amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives Pa integral ● i Fruita ECO ●</p>	<p>Dimarts, 15 nov. 22</p> <p>Ensaladilla russa amb blat de moro, olives i maionesa de soja (s/ou) Espagueti amb salsa de tomàquet Pa integral ● logurt de soja</p>	<p>Dimecres, 16 nov. 22</p> <p>Amanida d'enciam ●, tomàquet i olives amb fruits secs Lleties ● guisades amb verdures Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dijous, 17 nov. 22</p> <p>Macarrons ● al pesto s/formatge Hamburguesa de llegums al forn amb puré de patata s/lactis Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Divendres, 18 nov. 22</p> <p>Sopa de brou vegetal amb estrelletes Pèsols saltats Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 21 nov. 22</p> <p>Arròs ● amb verdures Truita de patates (amb farina de cigró) amb amanida de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimarts, 22 nov. 22</p> <p>Amanida verda amb poma i fruits secs Lleties ● amb ceba i tomàquet Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Dimecres, 23 nov. 22</p> <p>Macarrons ● amb tomàquet Cigrons estofats amb verdures Pa integral ● logurt de soja</p>	<p>Dijous, 24 nov. 22</p> <p>Crema de verdures amb rostes de pa Tempeh a la planxa amb amanida Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Divendres, 25 nov. 22</p> <p>Minestra i patata ● Lleties estofades amb verduretes Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 28 nov. 22</p> <p>Mongeta ● amb patata Tofu marinat a la planxa amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa integral ● logurt de soja</p>	<p>Dimarts, 29 nov. 22</p> <p>Trinxat de la Cerdanya (s/rosta) Cigrons ● amb tomàquet (s/ou) Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimecres, 30 nov. 22</p> <p>Crema de pèsols amb rostes de pa Mandonguilles de soja amb salsa jardinera Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>		

Nutricionista
Montserrat Vidal

NOVEMBRE 2022
2-12 anys

Fruites servides aquest mes:

- Taronja
- Mandarina
- Meló
- Síndria
- Poma
- Pera
- Kiwi



Productes acreditats amb la certificació **ecològica** del CCPAE.

Productes **d'origen català** i/o adquirits a l'entorn.

Aliment integral



Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ S/PROT. LLET DE LA VACA

Dilluns, 31 nov. 22	Dimarts, 1 nov. 22	Dimecres, 2 nov. 22	Dijous, 3 nov. 22	Divendres, 4 nov. 22
<i>Lliure disposició</i>	<i>Festivitat</i>	Espirals napolitana Truita francesa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet Pa integral ● Fruita de temporada ●	Mongeta tendra amb patates Pollastre ● al forn amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 7 nov. 22 <i>Crema de carbassó ● amb rostes de pa</i> <i>Macarrons a la bolonyesa</i> Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimarts, 8 nov. 22 Arròs tres delícies Guisat de cigrons amb espinacs Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimecres, 9 nov. 22 Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga Lluç al forn amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● <i>logurt de soja</i>	Dijous, 10 nov. 22 Macarrons ● de la Perla del Segre amb tomàquet Fricandó ● de vedella amb xampinyons Pa integral ● Fruita de temporada ●	Divendres, 11 nov. 22 Amanida de lleties i tomàquet Truita de pernil ● amb amanida d'enciam i pastanaga ● Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 14 nov. 22 Trinxat d'espinacs i patata ● Pollastre al forn amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives Pa integral ● i Fruita ECO ●	Dimarts, 15 nov. 22 Ensaladilla russa Espagueti amb bolonyesa Pa integral ● <i>logurt de soja</i>	Dimecres, 16 nov. 22 Lleties ● guisades amb verdures Truita de patates ● amb amanida d'enciam ●, tomàquet i olives Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dijous, 17 nov. 22 <i>Macarrons ● al pesto s/formatge</i> Salmó al forn ● amb <i>puré de patata s/lactis</i> Pa integral ● Fruita ECO ●	Divendres, 18 nov. 22 Sopa de brou amb estrelletes Pèsols saltats Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 21 nov. 22 Arròs ● a la milanesa Truita de patates amb amanida de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimarts, 22 nov. 22 Lleties ● amb ceba i tomàquet Ventresca de lluç al forn amb verdures Pa integral ● Fruita ECO ●	Dimecres, 23 nov. 22 Macarrons ● amb tomàquet Cigrons estofats Pa integral ● <i>logurt de soja</i>	Dijous, 24 nov. 22 Crema de verdures amb rostes de pa Bacallà al forn amb amanida Pa integral ● Fruita ECO ●	Divendres, 25 nov. 22 Minestra i patata ● Lleties estofades amb verdures Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 28 nov. 22 Mongeta ● amb patata Truita de carbassó ● amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa integral ● <i>logurt de soja</i>	Dimarts, 29 nov. 22 Trinxat de la Cerdanya Cigrons ● amb tomàquet i ou Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimecres, 30 nov. 22 Crema de pèsols amb rostes de pa Mandonguilles de vedella ● amb salsa jardinera Pa integral ● Fruita de temporada ●		



Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ S/LACTOSA

- Taronja
- Mandarina
- Meló
- Síndria
- Poma
- Pera
- Kiwi



<p>Dilluns, 31 nov. 22</p> <p><i>Lliure disposició</i></p>	<p>Dimarts, 1 nov. 22</p> <p><i>Festivitat</i></p>	<p>Dimecres, 2 nov. 22</p> <p>Espirals napolitana Truita francesa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dijous, 3 nov. 22</p> <p>Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Divendres, 4 nov. 22</p> <p>Mongeta tendra amb patates Pollastre ● al forn amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 7 nov. 22</p> <p>Crema de carbassó ● amb rostes de pa Macarrons a la bolonyesa Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimarts, 8 nov. 22</p> <p>Arròs tres delícies Guisat de cigrons amb espinacs Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimecres, 9 nov. 22</p> <p>Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga Lluç al forn amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● logurt sense lactosa</p>	<p>Dijous, 10 nov. 22</p> <p>Macarrons ● de la Perla del Segre amb tomàquet Fricandó ● de vedella amb xampinyons Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Divendres, 11 nov. 22</p> <p>Amanida de lleties i tomàquet Truita de pernil ● amb amanida d'enciam i pastanaga ● Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 14 nov. 22</p> <p>Trinxat d'espinacs i patata ● Pollastre al forn amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives Pa integral ● i Fruita ECO ●</p>	<p>Dimarts, 15 nov. 22</p> <p>Ensaladilla russa Espagueti amb bolonyesa Pa integral ● logurt sense lactosa</p>	<p>Dimecres, 16 nov. 22</p> <p>Lleties ● guisades amb verdures Truita de patates ● amb amanida d'enciam ●, tomàquet i olives Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dijous, 17 nov. 22</p> <p>Macarrons ● al pesto s/formatge Salmó al forn ● amb puré de patata s/lactis Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Divendres, 18 nov. 22</p> <p>Sopa de brou amb estrelletes Pèsols saltats Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 21 nov. 22</p> <p>Arròs ● a la milanesa Truita de patates amb amanida de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimarts, 22 nov. 22</p> <p>Lleties ● amb ceba i tomàquet Ventresca de lluç al forn amb verduretes Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Dimecres, 23 nov. 22</p> <p>Macarrons ● amb tomàquet Cigrons estofats Pa integral ● logurt sense lactosa</p>	<p>Dijous, 24 nov. 22</p> <p>Crema de verdures amb rostes de pa Bacallà al forn amb amanida Pa integral ● Fruita ECO ●</p>	<p>Divendres, 25 nov. 22</p> <p>Minestra i patata ● Lleties estofades amb verduretes Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>
<p>Dilluns, 28 nov. 22</p> <p>Mongeta ● amb patata Truita de carbassó ● amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa integral ● logurt sense lactosa</p>	<p>Dimarts, 29 nov. 22</p> <p>Trinxat de la Cerdanya Cigrons ● amb tomàquet i ou Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>	<p>Dimecres, 30 nov. 22</p> <p>Crema de pèsols amb rostes de pa Mandonguilles de vedella ● amb salsa jardinera Pa integral ● Fruita de temporada ●</p>		

Productes acreditats amb la certificació ecològica del CCPAE.

Productes d'origen català i/o adquirits a l'entorn.

Aliment integral



Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ S/OU

- Taronja
- Mandarina
- Meló
- Síndria
- Poma
- Pera
- Kiwi



Dilluns, 31 nov. 22	Dimarts, 1 nov. 22	Dimecres, 2 nov. 22	Dijous, 3 nov. 22	Divendres, 4 nov. 22
<i>Lliure disposició</i>	<i>Festivitat</i>	<i>Espirals s/ou napolitana</i> Lluç a la planxa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Mongeta tendra amb patates ● Pollastre ● al forn amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes ● Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 7 nov. 22 Crema de carbassó ● amb rostes de pa ● Macarrons s/ou a la bolonyesa ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimarts, 8 nov. 22 Arròs tres delícies (s/ou) ● Guisat de cigrons amb espinacs s/ou ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimecres, 9 nov. 22 Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga ● Lluç al forn amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga ● Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dijous, 10 nov. 22 Macarrons s/ou amb tomàquet ● Fricandó ● de vedella amb xampinyons ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Divendres, 11 nov. 22 Amanida de lleties i tomàquet ● Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga ● Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 14 nov. 22 Trinxat d'espinacs i patata ● Pollastre al forn amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives ● Pa integral ● i Fruita ECO ●	Dimarts, 15 nov. 22 Ensaladilla russa (s/ou ni maionesa) ● Espagueti s/ou amb bolonyesa ● Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dimecres, 16 nov. 22 Lleties ● guisades amb verdures ● Llom a la planxa amb amanida d'enciam ●, tomàquet i olives ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dijous, 17 nov. 22 Macarrons s/ou al pesto s/formatge ● Salmó al forn ● amb parmentier de patata ● Pa integral ● Fruita ECO ●	Divendres, 18 nov. 22 Sopa de brou amb pasta s/ou ● Pèsols saltats ● Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 21 nov. 22 Arròs ● a la milanesa ● Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet, olives i orenga ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimarts, 22 nov. 22 Lleties ● amb ceba i tomàquet ● Ventresca de lluç al forn amb verdures ● Pa integral ● Fruita ECO ●	Dimecres, 23 nov. 22 Macarrons s/ou amb tomàquet ● Cigrons estofats ● Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dijous, 24 nov. 22 Crema de verdures amb rostes de pa ● Bacallà al forn amb amanida ● Pa integral ● Fruita ECO ●	Divendres, 25 nov. 22 Minestra i patata ● Lleties estofades amb verdures ● Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 28 nov. 22 Mongeta ● amb patata ● Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dimarts, 29 nov. 22 Trinxat de la Cerdanya ● Cigrons ● amb tomàquet ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimecres, 30 nov. 22 Crema de pèsols amb rostes de pa ● Mandonguilles de vedella ● amb salsa jardineria ● Pa integral ● Fruita de temporada ●		

Productes acreditats amb la certificació ecològica del CCPAE.

Productes d'origen català i/o adquirits a l'entorn.

Aliment integral



Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ S/ GLUTEN

- Taronja
- Mandarina
- Meló
- Síndria
- Poma
- Pera
- Kiwi



Dilluns, 31 nov. 22	Dimarts, 1 nov. 22	Dimecres, 2 nov. 22	Dijous, 3 nov. 22	Divendres, 4 nov. 22
<i>Lliure disposició</i>	<i>Festivitat</i>	Espirals s/gluten napolitana Truita francesa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Mongeta tendra amb patates Pollastre ● al forn amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes Pa sense gluten Fruita de temporada ●
Dilluns, 7 nov. 22 Crema de carbassó ● i formatge amb rostes de pa s/gluten Canelons s/gluten de carn gratinats Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dimarts, 8 nov. 22 Arròs tres delícies Guisat de cigrons amb espinacs Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dimecres, 9 nov. 22 Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga Lluç a la planxa amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga Pa sense gluten logurt de proximitat ●	Dijous, 10 nov. 22 Macarrons s/gluten amb tomàquet Fricandó ● de vedella s/gluten amb xampinyons Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Divendres, 11 nov. 22 Amanida de llenties i tomàquet Truita de pernil ● amb amanida d'enciam i pastanaga ● Pa sense gluten Fruita de temporada ●
Dilluns, 14 nov. 22 Trinxat d'espinacs i patata ● Pollastre al forn amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives Pa sense gluten i Fruita ECO ●	Dimarts, 15 nov. 22 Ensaladilla russa Espagueti s/gluten amb bolonyesa Pa sense gluten logurt de proximitat ●	Dimecres, 16 nov. 22 Llenties ● guisades amb verdures Truita de patates ● amb amanida d'enciam ●, tomàquet i olives Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dijous, 17 nov. 22 Macarrons s/gluten al pesto Salmó a la planxa ● amb parmentier de patata Pa sense gluten Fruita ECO ●	Divendres, 18 nov. 22 Sopa de brou amb pasta s/gluten Pèsols saltats Pa sense gluten Fruita de temporada ●
Dilluns, 21 nov. 22 Arròs ● a la milanesa Truita de patates amb amanida de tomàquet, olives i orenga Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dimarts, 22 nov. 22 Llenties ● amb ceba i tomàquet Ventresca de lluç a la planxa amb verdures Pa sense gluten Fruita ECO ●	Dimecres, 23 nov. 22 Macarrons s/gluten amb tomàquet Cigrons estofats Pa sense gluten logurt de proximitat ●	Dijous, 24 nov. 22 Crema de verdures amb rostes de pa s/gluten Bacallà a la planxa amb amanida Pa sense gluten Fruita ECO ●	Divendres, 25 nov. 22 Minestra i patata ● Llenties estofades amb verdures Pa sense gluten Fruita de temporada ●
Dilluns, 28 nov. 22 Mongeta ● amb patata Truita de carbassó ● amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa sense gluten logurt de proximitat ●	Dimarts, 29 nov. 22 Trinxat de la Cerdanya Cigrons ● amb tomàquet i ou Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dimecres, 30 nov. 22 Crema de pèsols amb rostes de pa s/gluten Mandonguilles de vedella s/gluten ● amb salsa jardinera Pa sense gluten Fruita de temporada ●		

Productes acreditats amb la certificació ecològica del CCPAE.

Productes d'origen català i/o adquirits a l'entorn.

Aliment integral





Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ S/ GLUTEN S/ LLENTIES

Dilluns, 31 nov. 22	Dimarts, 1 nov. 22	Dimecres, 2 nov. 22	Dijous, 3 nov. 22	Divendres, 4 nov. 22
<i>Lliure disposició</i>	<i>Festivitat</i>	Espirals s/gluten napolitana Truita francesa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Mongeta tendra amb patates Pollastre ● al forn amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes Pa sense gluten Fruita de temporada ●
Dilluns, 7 nov. 22 Crema de carbassó ● i formatge amb rostes de pa s/gluten Canelons s/gluten de carn gratinats Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dimarts, 8 nov. 22 Arròs tres delícies Guisat de cigrons amb espinacs Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dimecres, 9 nov. 22 Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga Lluç a la planxa amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga Pa sense gluten logurt de proximitat ●	Dijous, 10 nov. 22 Macarrons s/gluten amb tomàquet Fricandó ● de vedella s/gluten amb xampinyons Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Divendres, 11 nov. 22 Amanida de pèsols i tomàquet Truita de pernil ● amb amanida d'enciam i pastanaga ● Pa sense gluten Fruita de temporada ●
Dilluns, 14 nov. 22 Trinxat d'espinacs i patata ● Pollastre al forn amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives Pa sense gluten i Fruita ECO ●	Dimarts, 15 nov. 22 Ensaladilla russa Espagueti s/gluten amb bolonyesa Pa sense gluten logurt de proximitat ●	Dimecres, 16 nov. 22 Cigrons ● guisats amb verdures Truita de patates ● amb amanida d'enciam ●, tomàquet i olives Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dijous, 17 nov. 22 Macarrons s/gluten al pesto Salmó a la planxa ● amb parmentier de patata Pa sense gluten Fruita ECO ●	Divendres, 18 nov. 22 Sopa de brou amb pasta s/gluten Pèsols saltats Pa sense gluten Fruita de temporada ●
Dilluns, 21 nov. 22 Arròs ● a la milanesa Truita de patates amb amanida de tomàquet, olives i orenga Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dimarts, 22 nov. 22 Pèsols ● amb ceba i tomàquet Ventresca de lluç a la planxa amb verduretes Pa sense gluten Fruita ECO ●	Dimecres, 23 nov. 22 Macarrons s/gluten amb tomàquet Cigrons estofats Pa sense gluten logurt de proximitat ●	Dijous, 24 nov. 22 Crema de verdures amb rostes de pa s/gluten Bacallà a la planxa amb amanida Pa sense gluten Fruita ECO ●	Divendres, 25 nov. 22 Minestra i patata ● Mongeta blanca estofades amb verduretes Pa sense gluten Fruita de temporada ●
Dilluns, 28 nov. 22 Mongeta ● amb patata Truita de carbassó ● amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa sense gluten logurt de proximitat ●	Dimarts, 29 nov. 22 Trinxat de la Cerdanya Cigrons ● amb tomàquet i ou Pa sense gluten Fruita de temporada ●	Dimecres, 30 nov. 22 Crema de pèsols amb rostes de pa s/gluten Mandonguilles de vedella s/gluten ● amb salsa jardinera Pa sense gluten Fruita de temporada ●		

Menü escolar Consell Comarcal de la Selva

MENÚ S/PEIX

- Taronja
- Mandarina
- Meló
- Síndria
- Poma
- Pera
- Kiwi



Dilluns, 31 nov. 22	Dimarts, 1 nov. 22	Dimecres, 2 nov. 22	Dijous, 3 nov. 22	Divendres, 4 nov. 22
<i>Lliure disposició</i>	<i>Festivitat</i>	Espirals napolitana Truita francesa amb amanida ● d'enciam, tomàquet i germinats de temporada ● Pa integral ● Fruita de temporada ●	Crema de verdures de temporada ● Cigrons amb tomàquet Pa integral ● Fruita de temporada ●	Mongeta tendra amb patates Pollastre ● al forn amb amanida ● d'enciam, pastanaga i olives verdes Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 7 nov. 22 Crema de carbassó ● i formatge amb rostes de pa <i>Macarrons a la bolonyesa amb formatge</i> Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimarts, 8 nov. 22 Arròs tres delícies Guisat de cigrons amb espinacs Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimecres, 9 nov. 22 Mongetes ● estofades amb patata i pastanaga <i>Truita francesa</i> amb amanida ● de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dijous, 10 nov. 22 Macarrons ● de la Perla del Segre amb tomàquet Fricandó ● de vedella amb xampinyons Pa integral ● Fruita de temporada ●	Divendres, 11 nov. 22 Amanida de lleties i tomàquet Truita de pernil ● amb amanida d'enciam i pastanaga ● Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 14 nov. 22 Trinxat d'espinacs i patata ● Pollastre al forn amb ceba, pebrot i pastanaga i amanida d'enciam, tomàquet i olives Pa integral ● i Fruita ECO ●	Dimarts, 15 nov. 22 <i>Ensaladilla russa (s/tonyina)</i> Espagueti amb bolonyesa Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dimecres, 16 nov. 22 Lleties ● guisades amb verdures Truita de patates ● amb amanida d'enciam ●, tomàquet i olives Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dijous, 17 nov. 22 Macarrons ● al pesto <i>Llom al forn</i> amb parmentier de patata Pa integral ● Fruita ECO ●	Divendres, 18 nov. 22 Sopa de brou amb estrelletes Pèsols saltats Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 21 nov. 22 Arròs ● a la milanesa Truita de patates amb amanida de tomàquet, olives i orenga Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimarts, 22 nov. 22 Lleties ● amb ceba i tomàquet <i>Truita de formatge</i> amb verdures Pa integral ● Fruita ECO ●	Dimecres, 23 nov. 22 Macarrons ● amb tomàquet Cigrons estofats Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dijous, 24 nov. 22 Crema de verdures amb rostes de pa <i>Salsitxes al forn</i> amb amanida Pa integral ● Fruita ECO ●	Divendres, 25 nov. 22 Minestra i patata ● Lleties estofades amb verdures Pa integral ● Fruita de temporada ●
Dilluns, 28 nov. 22 Mongeta ● amb patata Truita de carbassó ● amb amanida d'enciam i col llombarda ● Pa integral ● logurt de proximitat ●	Dimarts, 29 nov. 22 Trinxat de la Cerdanya Cigrons ● amb tomàquet i ou Pa integral ● Fruita de temporada ●	Dimecres, 30 nov. 22 Crema de pèsols amb rostes de pa Mandonguilles de vedella ● amb salsa jardinera Pa integral ● Fruita de temporada ●		

Productes acreditats amb la certificació ecològica del CCPAE.

Productes d'origen català i/o adquirits a l'entorn.

Aliment integral

