

CEL·LIAC  SENSE LACTOSA  SENSE OU  SENSE PROTEÏNA DE VACA  SENSE PEIX 
SENSE CARN  SENSE PORC 

	Dilluns 6/1	Dimarts 7/1	Dimecres 8/1	Dijous 9/1	Divendres 10/1
1r			MACARRONS A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT (sofregit de ceba, alls i fomàquet)	CREMA DE VERDURES (patata, mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)  	MONGETES SEQUES ESTOFADES AMB VERDURES (mongeta verda, pastanaga i pebrot vermell)
2n			CROQUETES DE CARN D'OLLA      	LLUC A LA PLANXA 	SALSITXES A LA PLANXA   
Acompanyament			AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i pastanaga)	ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT	ALBERGINIES AMB MAEL (opcional)
Postres			FRUITA NATURAL	FRUITA NATURAL	IOGURT  
RECOMANACIÓ PER SOPAR:			Espinacs amb cigrons, panses i ceba	Sopa de fideus	Amanida amb brots d'espinacs, mango, albocat, palets de cranc, nous i parmesà
			Gall dindi amb all i julivert a la planxa	Albergínia farcida amb pebrot vermell, tonyina i formatge	Lluc al papillote amb especíes
			iogurt	Fruita	iogurt

-  01 Croquetes s/gluten
-  01 Carn arrebossada
-  02 Sense làctic
-  03 Iogurt Soja
-  01 Croquetes Peix
-  02 Sense làctic
-  03 Peix planxa
-  04 Fruita natural
-  01 Carn planxa

-  01 Croquetes Peix
-  02 Peix planxa
-  01 Croquetes peix
-  02 Pollastre planxa

-Cada plat anirà acompanyat d'una ració de pa.

-PRODUCTES ECOLÒGICS: El pollastre, totes les llegums, tota la pasta, l'arròs blanc i integral, sal, pa ratllat, farina, alls, carbassó, porros, api, pastanaga, enciams, pebrot vermell, totes les pomes i peres. La resta de productes són de proximitat. El peix és de producció nacional.



saned

"L'elaboració de tots els plats es realitzarà amb ingredients aptes per a les necessitats alimentàries especials de cada infant. En cas contrari s'indica el plat substitutiu"

	Dilluns 13/1	Dimarts 14/1	Dimecres 15/1	Dijous 16/1	Divendres 17/1
1r	MONGETA TENDRA AMB PATATES BULLIDES	RISOTTO DE BOLETS	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (sufregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)	SOPA DE PEIX AMB PASTA	ESPIRALS A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó)
2n	LLUC A LA MARINERA (fumet de rap amb sufregit de ceba, porros, api i tomàquet)	HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA	POLLASTRE AMB SOJA I MEL	LLOM ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat)	BACALLÀ A L'ANDALUSA (fregit amb farina)
Acompanyament	PÈSOLS SALTEJATS	AMANIDA DE TARONGES (enciam, taronges i pipes)	COUS COUS	PATATES "PANADERES"	JULIANA D'ENCIAM
Postres	FRUITA NATURAL	FRUITA NATURAL	IOGURT	FRUITA NATURAL	FRUITA NATURAL
RECOMANACIÓ PER SOPAR:	Quinoa amb verdures (pastanaga, porro i carbassó)	Pasta de full amb carbassó, espàrrecs i formatge	Purè de patata i verdura amb pebre	Quinoa amb verdures (pastanaga, pèsols, porro)	Patata farcida amb verdura, ceba i formatge
	Pollastre amb salsa de bolets	Salmó a la planxa	Llenguado a la meuniere	Mandonguilles de seitán i juliana d'enciam	Hamburguesa de gall dindi amb ceba i poma caramelitzada
	Fruita	Fruita	iogurt	Gelatina de fruita	Fruita

-  01 Pollastre planxa
-  02 Iogurt soja
-  03 Salsa napolitana
-  01 Peix planxa
-  02 Fruita natural
-  03 Peix arrebossat
-  04 Salsa napolitana
-  01 Carn planxa
-  02 Sopa verdures

-  03 Carn planxa
-  01 Peix planxa
-  02 Peix forn
-  03 Peix arrebossat
-  04 Sense carn
-  01 Pollastre planxa
-  02 Amb gall dindi

-Cada plat anirà acompanyat d'una ració de pa.

-PRODUCTES ECOLÒGICS: El pollastre, totes les llegums, tota la pasta, l'arròs blanc i integral, sal, pa ratllat, farina, alls, carbassó, porros, api, pastanaga, enciams, pebrot vermell, totes les pomes i peres. La resta de productes són de proximitat. El peix és de producció nacional.



saned

"L'elaboració de tots els plats es realitzarà amb ingredients aptes per a les necessitats alimentàries especials de cada infant. En cas contrari s'indica el plat substitutiu"

	Dilluns 20/1	Dimarts 21/1	Dimecres 22/1	Dijous 23/1	Divendres 24/1
1r	ARRÒS CINC DELICIES (gall dindi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanagues)    	BLEDES AMB PATATES		ESPAGUETIS AMB CREMA DE XAMPINYONS  	BROU CASOLÀ DE CARN I VERDURES AMB FIDEUS   
2n	LLUC AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 	POLLASTRE AL FORN AMB SALSÀ DE LLIMONA 		TRUITA DE VERDURES 	MANDONGUILLES DE VEDELLA CASOLANES AMB SALSÀ  
Acompanyament	BIRÒQUIL BULLIT	CARBASSÓ A LA PLANXA		JULIANA D' ENCIAM	JARDINERA (patata, mongeta verda, pèsols i pastanagues)
Postres	FRUITA NATURAL	FRUITA NATURAL		FRUITA NATURAL	FRUITA NATURAL
RECOMANACIÓ PER SOPAR:	Sopa de miso amb verdures tallades	Remenat d'ou amb espàrrecs verds i bolets		Cous cous amb mongeta verda, pastanaga, ceba, pèsols	Amanida verda
	Galetes de porc al forn amb ceba	Sípia amb all i julivert amb fil de patata		Tall rodó de vedella amb bolets	Quiche de pernil dolç i formatge
	logurt	Gelatina de fruita		Fruita	logurt

-  01 Salsa napolitana
-  01 Sense truita
-  02 Pollastre planxa
-  01 Sense carn
-  02 Salsa napolitana
-  03 Sopa Verdura
-  04 Peix planxa
-  01 Carn planxa
-  01 Sense carn

-  02 Peix Forn
-  03 Sopa Verdura
-  04 Peix planxa
-  01 Sense carn
-  02 Sense porc

-Cada plat anirà acompanyat d'una ració de pa.

-Dijous: AVUI TRIEM: "descobrirem noves maneres de menjar la pasta..."

-PRODUCTES ECOLÒGICS: El pollastre, totes les llegums, tota la pasta, l'arròs blanc i integral, sal, pa ratllat, farina, alls, carbassó, porros, api, pastanaga, enciams, pebrot vermell, totes les pomes i peres. La resta de productes són de proximitat. El peix és de producció nacional.



saned

"L'elaboració de tots els plats es realitzarà amb ingredients aptes per a les necessitats alimentàries especials de cada infant. En cas contrari s'indica el plat substitutiu"

	Dilluns 27/1	Dimarts 28/1	Dimecres 29/1	Dijous 30/1	Divendres 31/1
1r	TALLARINES A LA AMATRICIANA (salsa de tomàquet casolana amb bacó)   	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)	BROU CASOLÀ DE CARN I VERDURES AMB FIDEUS   	AIRRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, patata i ceba) 
2n	BASTONETS DE LLUC CASOLANS (farina, ou i pa ratllat) 	POLLASTRE EN ESCABETX (ceba, pebre vermell, vinagre, alls i llorer)	PILOTA CASOLANA EN SALSA   	TRUITA DE BACALLÀ I PORROS  	FIDEUÀ MARINERA AMB SIPIA 
Acompanyament	DAUS DE PASTANAGA	ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO	PÈSOLS SALTEJATS	ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO	ALL I OLI
Postres	FRUITA NATURAL	IOGURT	FRUITA NATURAL	IOGURT	FRUITA NATURAL
RECOMANACIÓ PER SOPAR:	Crema de xampinyons	Amanida de color amb blat de moro	Amanida d'arròs, amb verdures cuites, i fruits secs	Crema d'humus i albergínia	Sopa de cigrons llorer, ceba i pastanaga
	Croquetes de pollastre	Conill amb all i julivert i juliana d'enciam	Rap al gust a la planxa	Calamarcets amb ceba	Cuixes de pollastre al forn i xips de verdura
	Fruta	iogurt	Fruta	iogurt	Fruta

-  01 Sense làctic
-  01 Peix planxa
-  01 Sense carn
-  02 Sopa Verdures
-  03 Peix al forn
-  01 Carn planxa
-  02 Sense Peix
-  03 Carn planxa
-  01 Sense carn

-  02 Sopa Verdures
-  03 Peix al forn
-  01 Sense porc
-  02 Sense porc
-  03 Pollastre planxa

-Cada plat anirà acompanyat d'una ració de pa.
-PRODUCTES ECOLÒGICS: El pollastre, totes les llegums, tota la pasta, l'arròs blanc i integral, sal, pa ratllat, farina, alls, carbassó, porros, api, pastanaga, enciams, pebrot vermell, totes les pomes i peres. La resta de productes són de proximitat. El peix és de producció nacional.



saned

"L'elaboració de tots els plats es realitzarà amb ingredients aptes per a les necessitats alimentàries especials de cada infant. En cas contrari s'indica el plat substitutiu"