

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
Lasanya s/gluten Calamares a la Andalusia enciam, cogombre i pebrot Fruita de temporada	Crema de carbassa Truita de patates amb pebrots enciam i tomàquet Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures Bacallà al forn amb tomàquet Fruita de temporada	Arròs 3 delícies Botifarra al forn amb mongetes seques Fruita de temporada	Sopa de pasta Pollastre al forn amb patata caliu Natilles
DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13
Pasta a la crema de bolets Mandonguilles de vedella amb sala de tomàquet Fruita de temporada	Estofat de lleties amb verdurettes Salmó al forn tomàquet amanit i olives Fruite de temporada	Mongeta tendra amb patates Llom al forn amb pisto Fruita de temporada	Arròs a la cassola amb carn i verdures Truita francesa enciam amb olives i botifarra d'ou Fruita de temporada	MENÚ ESPECIAL CARNESTOLTES
DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20
FESTIU	Espirals a la Carbonara Lluç a la basca Fruita de temporada	Estofat de patata Llom a la planxa amb arròs blanc Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdurettes Botifarra al forn amb carbassó Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada Pollastre a l'allet amb enciam i olives logurt de maduixa
DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
Mongeta verda amb patata Salsitxes a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Guisat de lleties amb porro i pastanaga Llom amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada	Espaguetis integrals amb tomàquet i formatge Salmó al forn a les fines herbes Fruita de temporada	Paella marinera Truita francesa enciam, blat de moro i cogombre Fruita de temporada	Sopa de verdures Hamburguesa de vedella amb samfaina logurt Macedonia

SABIES QUÈ?
Els fruits secs són un aliment enèrgic de qualitat, ric en greix insaturat, proteïnes i fibra. Amb propietats antioxidants (vitamina E), aportació de vitamina B i sals minerals com fòsfor, magnesi, coure i ferro

SI DINEM

LLEGUMS O FÈCULES

PODEM SOPAR

VERDURES CUITES
HORTALISSES CRUES

SI DINEM

VERDURES

PODEM SOPAR FÈCULES

SI DINEM

OUS

PODEM SOPAR

CARN O PEIX

SI DINEM

CARNS

PODEM SOPAR

OUS O PEIX

SI DINEM

PEIX

PODEM SOPAR

CARNS O OUS

SI DINEM

FRUITA

PODEM SOPAR LÀCTICS O

FRUITA

SI DINEM

LÀCTICS

PODEM SOPAR

FRUITA

Aquest menú està elaborat amb productes sense gluten

SABIES QUÈ?
Els fruits secs són un aliment enèrgic de qualitat, ric en greix insaturat, proteïnes i fibra. Amb propietats antioxidants (vitamina E), aportació de vitamina B i sals minerals com fòsfor, magnesi, coure i ferro

SI DINEM

LLEGUMS O FÈCULES

PODEM SOPAR

VERDURES CUITES
HORTALISSES CRUES

SI DINEM

VERDURES

PODEM SOPAR FÈCULES

SI DINEM

OUS

PODEM SOPAR

CARN O PEIX

SI DINEM

CARNS

PODEM SOPAR

OUS O PEIX

SI DINEM

PEIX

PODEM SOPAR

CARNS O OUS

SI DINEM

FRUITA

PODEM SOPAR LÀCTICS O

FRUITA

SI DINEM

LÀCTICS

PODEM SOPAR

FRUITA

DILLUNS

DIA 2

Lasanya amb verdures
Calamares a la Andalusia
Enciam, cogombre i pebrot
Fruita de temporada

DIA 9

Pasta a la crema de bolets
Mandonguilles de vedella amb sala de tomàquet
Fruita de temporada

DIA 16

FESTIU

DIA 23

Mongeta verda amb patata
Salsitxes a la planxa amb tomàquet amanit
Fruita de temporada

DIMARTS

DIA 3

Crema de carbassa amb crostons
Gall dindi a la planxa enciam i tomàquet
Fruita de temporada

DIA 10

Estofat de lleties amb verduretes
Salmó al forn
Tomàquet amanit i olives
Fruite de temporada

DIA 17

Espirals a la Carbonara
Lluç a la basca
Fruita de temporada

DIA 24

Guisat de lleties amb porro i pastanaga
Llom amb ceba caramel·litzada
Fruita de temporada

DIMECRES

DIA 4

Cigrons estofats amb verdures
Bacallà al forn amb tomàquet
Fruita de temporada

DIA 11

Mongeta tendra amb patates
Llom al forn amb pisto
Fruita de temporada

DIA 18

Estofat de patata
Llom a la planxa amb arròs blanc
Fruita de temporada

DIA 25

Espaguetis integrals amb tomàquet i formatge
Salmó al forn a les fines herbes
Fruita de temporada

DIJOUS

DIA 5

Arròs 3 delícies sense truita
Botifarra al forn amb mongetes seques
Fruita de temporada

DIA 12

Arròs a la cassola amb carn i verdures
Pollastre a la planxa
Enciam amb olives
Fruita de temporada

DIA 19

Cigrons estofats amb verduretes
Botifarra al forn amb carbassó
Fruita de temporada

DIA 26

Paella marinera
Pollastre a la planxa
Enciam, blat de moro i cogombre
Fruita de temporada

DIVENDRES

DIA 6

Sopa de pasta
Pollastre al forn amb patata caliu
Natilles

DIA 13

MENÚ ESPECIAL CARNESTOLTES

DIA 20

Crema de verdures de temporada amb crostons
Pollastre a l'allet amb cous cous logurt de maduixa

DIA 27

Sopa de verdures
Hamburguesa de vedella amb samfaina
logurt Macedonia

Aquest menú està elaborat amb productes sense ou

SABIES QUÈ?
Els fruits secs són un aliment enèrgic de qualitat, ric en greix insaturat, proteïnes i fibra. Amb propietats antioxidants (vitamina E), aportació de vitamina B i sals minerals com fòsfor, magnesi, coure i ferro

- SI DINEM
- LLEGUMS O FÈCULES
- PODEM SOPAR
- VERDURES CUITES
- HORTALISSES CRUES
- SI DINEM
- VERDURES
- PODEM SOPAR FÈCULES
- SI DINEM
- OUS
- PODEM SOPAR
- CARN O PEIX
- SI DINEM
- CARNS
- PODEM SOPAR
- OUS O PEIX
- SI DINEM
- PEIX
- PODEM SOPAR
- CARNS O OUS
- SI DINEM
- FRUITA
- PODEM SOPAR LÀCTICS O
- FRUITA
- SI DINEM
- LÀCTICS
- PODEM SOPAR
- FRUITA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
Lasanya amb verdures Calamares a la Romana Enciam, cogombre i pebrot Fruita de temporada	Crema de carbassa amb crostons Fruita de patates amb pebrots enciam i tomàquet Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures Bacallà al forn amb tomàquet Fruita de temporada	Arròs 3 delícies Botifarra de gall dindi al forn amb mongetes seques Fruita de temporada	Sopa de pasta Pollastre al forn amb patata caliu Natilles
DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13
Pasta a la crema de bolets Mandonguilles de vedella amb sala de tomàquet Fruita de temporada	Estofat de lleties amb verduretes Salmó al forn Tomàquet amanit i olives Fruite de temporada	Mongeta tendra amb patates Gall dindi al forn amb pisto Fruita de temporada	Arròs a la cassola amb carn i verdures Truita francesa Enciam amb olives i botifarra d'ou Fruita de temporada	MENÚ ESPECIAL CARNESTOLTES
DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20
FESTIU	Espirals a la Carbonara Lluç a la basca Fruita de temporada	Estofat de patata Seitons amb arròs blanc Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verduretes Botifarra al forn amb xips de carbassó Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada amb crostons Pollastre a l'allet amb cous cous logurt de maduixa
DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
Mongeta verda amb patata Salsitxes de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Guisat de lleties amb porro i pastanaga Gall dindi amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada	Espaguetis integrals amb tomàquet i formatge Salmó al forn a les fines herbes Fruita de temporada	Paella marinera Truita francesa Enciam, blat de moro i cogombre Fruita de temporada	Sopa de verdures Hamburguesa de vedella amb samfaina logurt Macedonia

Aquest menú està elaborat amb productes sense porc



SABIES QUÈ?
Els fruits secs són un aliment enèrgic de qualitat, ric en greix insaturat, proteïnes i fibra. Amb propietats antioxidants (vitamina E), aportació de vitamina B i sals minerals com fòsfor, magnesi, coure i ferro

SI DINEM

LLEGUMS O FÈCULES

PODEM SOPAR

VERDURES CUITES
HORTALISSES CRUES

SI DINEM

VERDURES

PODEM SOPAR FÈCULES

SI DINEM

OUS

PODEM SOPAR

CARN O PEIX

SI DINEM

CARNS

PODEM SOPAR

OUS O PEIX

SI DINEM

PEIX

PODEM SOPAR

CARNS O OUS

SI DINEM

FRUITA

PODEM SOPAR LÀCTICS O

FRUITA

SI DINEM

LÀCTICS

PODEM SOPAR

FRUITA

DILLUNS

DIA 2

Lasanya de verdures
Calamares a la Andalusà
Enciam, cogombre i pebrot
Fruita de temporada

DIMARTS

DIA 3

Crema de carbassa amb crostons
Fruita de patates amb pebrots enciam i tomàquet
Fruita de temporada

DIMECRES

DIA 4

Cigrons estofats amb verdures
Bacallà al forn amb tomàquet
Fruita de temporada

DIA 5

Arròs 3 delícies
Botifarra al forn amb mongetes seques
Fruita de temporada

DIA 6

Sopa de pasta
Pollastre al forn amb patata caliu
logurt sense lactosa

DIA 9

Pasta a la crema de bolets
Mandonguilles de vedella amb sala de tomàquet
Fruita de temporada

DIA 10

Estofat de llenties amb verduretes
Salmó al forn
Tomàquet amanit i olives
Fruita de temporada

DIA 11

Mongeta tendra amb patates
Llom al forn amb pisto
Fruita de temporada

DIA 12

Arròs a la cassola amb carn i verdures
Truita francesa
Enciam amb olives i botifarra d'ou
Fruita de temporada

DIA 13

MENÚ ESPECIAL
CARNESTOLTES

DIA 16

FESTIU

DIA 17

Espirals amb tomàquet
Lluç a la basca
Fruita de temporada

DIA 18

Estofat de patata
Seitons amb arròs blanc
Fruita de temporada

DIA 19

Cigrons estofats amb verduretes
Botifarra al forn amb xips de carbassó
Fruita de temporada

DIA 20

Crema de verdures de temporada amb crostons
Pollastre a l'allet amb cous cous
logurt sense lactosa

DIA 23

Mongeta verda amb patata
Salsitxes a la planxa amb tomàquet amanit
Fruita de temporada

DIA 24

Guisat de llenties amb porro i pastanaga
Llom amb ceba caramel·litzada
Fruita de temporada

DIA 25

Espaguetis integrals amb tomàquet
Salmó al forn a les fines herbes
Fruita de temporada

DIA 26

Paella marinera
Truita francesa
Enciam, blat de moro i cogombre
Fruita de temporada

DIA 27

Sopa de verdures
Hamburguesa de vedella amb samfaina
logurt sense lactosa

Aquest menú està elaborat amb productes sense lactosa

SABIES QUÈ?
Els fruits secs són un aliment enèrgic de qualitat, ric en greix insaturat, proteïnes i fibra. Amb propietats antioxidants (vitamina E), aportació de vitamina B i sals minerals com fòsfor, magnesi, coure i ferro

SI DINEM

LLEGUMS O FÈCULES
PODEM SOPAR
VERDURES CUITES
HORTALISSES CRUES

SI DINEM

VERDURES
PODEM SOPAR FÈCULES

SI DINEM

OUS
PODEM SOPAR

CARN O PEIX

SI DINEM

CARNS

PODEM SOPAR

OUS O PEIX

SI DINEM

PEIX

PODEM SOPAR

CARNS O OUS

SI DINEM

FRUITA

PODEM SOPAR LÀCTICS O

FRUITA

SI DINEM

LÀCTICS

PODEM SOPAR

FRUITA

DILLUNS

DIA 2

Lasanya de verdures
Fingers vegetals
Enciam, cogombre i pebrot
Fruita de temporada

DIA 9

Pasta a la crema de bolets
Mandonguilles de vegetals amb sala de tomàquet
Fruita de temporada

FESTIU

DIA 23

Mongeta verda amb patata
Salsitxes vegetals a la planxa amb tomàquet amanit
Fruita de temporada

DIMARTS

DIA 3

Crema de carbassa amb crostons
Trita de patates amb pebrots enciam i tomàquet
Fruita de temporada

DIA 10

Estofat de llenties amb verduretes
Rotllets de primavera al forn
Tomàquet amanit i olives
Fruite de temporada

DIA 17

Espirals a la Carbonara
Seitan a la basca
Fruita de temporada

DIA 24

Guisat de llenties amb porro i pastanaga
Patates amb sofregit de carbassó
Fruita de temporada

DIMECRES

DIA 4

Cigrons estofats amb verdures
Seitan al forn amb tomàquet
Fruita de temporada

DIA 11

Mongeta tendra amb patates
Tofu al forn amb pisto
Fruita de temporada

DIA 18

Estofat de patata i heura
Ous a la Florentina amb arròs blanc
Fruita de temporada

DIA 25

Espaguetis integrals amb tomàquet i formatge
Heura al forn a les fines herbes
Fruita de temporada

DIA 5

Arròs 3 delícies
Salsitxes vegetals al forn amb mongetes seques
Fruita de temporada

DIA 12

Arròs a la cassola amb verdures
Trita francesa
Enciam amb olives i botifarra d'ou
Fruita de temporada

DIA 19

Cigrons estofats amb verduretes
Croquetes vegetals amb chips de carbassó
Fruita de temporada

DIA 26

Paella de verdures
Trita francesa
Enciam, blat de moro i cogombre
Fruita de temporada

DIA 6

Sopa de pasta
Heura al forn amb patata caliu
Natilles

DIA 13

MENÚ ESPECIAL
CARNESTOLTES

DIA 20

Crema de verdures de temporada amb crostons
Nuggets de falafel amb cous cous logurt de maduixa

DIA 27

Sopa de verdures
Hamburguesa vegetal amb samfaina
logurt Macedonia

MENÚ VERDURA PLANXA FEBRER 2026

SABIES QUÈ?
Els fruits secs són un aliment enèrgetic de qualitat, ric en greix insaturat, proteïnes i fibra. Amb propietats antioxidants (vitamina E), aportació de vitamina B i sals minerals com fòsfor, magnesi, coure i ferro

SI DINEM

LLEGUMS O FÈCULES

PODEM SOPAR

VERDURES CUITES
HORTALISSES CRUES

SI DINEM

VERDURES

PODEM SOPAR FÈCULES

SI DINEM

OUS

PODEM SOPAR

CARN O PEIX

SI DINEM

CARNS

PODEM SOPAR

OUS O PEIX

SI DINEM

PEIX

PODEM SOPAR

CARNS O OUS

SI DINEM

FRUITA

PODEM SOPAR LÀCTICS O

FRUITA

SI DINEM

LÀCTICS

PODEM SOPAR

FRUITA

DILLUNS

DIA 2

Bledes amb patata
Salmó
amb guarnició
Fruita de temporada

DIMARTS

DIA 3

Crema de carbassa
Truita Francesa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIMECRES

DIA 4

Carxofes amb patata
Bacallà a la planxa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 5

Bròquil amb patata
Botifarra planxa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 6

Verdura campestre
Pollastre a la planxa
amb guarnició
logurt natural

DIA 9

Espinacs amb patata
Hamburguesa a la
planxa amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 10

Pèsols amb patata
Salmó a la planxa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 11

Tricolor de verdures
Llom a la planxa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 12

Mongeta verda amb
patata
Truita francesa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 13

Crema de carbassó
Pollastre a la planxa
amb guarnició
logurt natural

DIA 16

FESTIU

DIA 17

Mongeta verda amb patata
Lluç a la planxa amb
guarnició
Fruita de temporada

DIA 18

Espinacs amb patata
Llom a la planxa amb
guarnició
Fruita de temporada

DIA 19

Pèsols amb patata
Botifarra a la planxa amb
guarnició
Fruita de temporada

DIA 20

Crema de verdures de
temporada
Pollastre a la planxa amb
guarnició logurt natural

DIA 23

Mongeta verda
amb patata
Salsitxes a la planxa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 24

Carxofes al forn
amb patata
Llom a la planxa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 25

Pastanaga baby
amb patata
Salmó a la planxa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 26

Bledes amb patata
Truita Francesa
amb guarnició
Fruita de temporada

DIA 27

Coliflor amb patata
Hamburguesa de vedella
amb guarnició
logurt natural

