

MENÚ

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs amb tomàquet Croquetes de pollastre amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	FESTIU	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	Macarrons amb tomàquet i formatge Truita francesa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Pasta amb tomàquet Varetes de lluç amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Mongeta verda amb patata Truita de carbassó amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Arròs amb verdures Hamburguesa mixta amb patates Flam	Mongetes blanques estofades Pollastre al forn amb amanida (tomàquet d'amanir) Fruita del temps	Sopa de peix Llom a l'allet Fruita del temps
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Espirals amb tomàquet Flamenquins amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Sopa amb fideus Pollastre amb salsa Fruita del temps	Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga i pernil dolç) Ous durs amb sanfaina logurt	Cigrons estofats Bacallà al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Tricolor de verdures Estofat de vedella amb salsa de xampinyons Fruita del temps
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Macarrons a la carbonara Calamars a la romana amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Llenties estofades amb verdures Lluç al forn amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Pèsols amb patata Mandonguilles mixtes amb salsa de xampinyons Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Truita de patates amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	Sopa amb galets Gall d'indi al forn amb patates Fruita del temps
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ BRESSOL 2- 3 ANYS

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs amb tomàquet Croquetes de pollastre amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	FESTIU	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	Macarrons amb tomàquet i formatge Truita francesa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Pasta amb tomàquet Varetes de lluç amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Mongeta verda amb patata Truita de carbassó amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Arròs amb verdures Hamburguesa mixta amb patates Flam	(*) Puré de mongetes blanques Pollastre al forn amb amanida (tomàquet d'amanir) Fruita del temps	Sopa de peix (*) Gall dindi a l'allet Fruita del temps
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Espirals amb tomàquet Flamenquins amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Sopa amb fideus Pollastre amb salsa Fruita del temps	Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga i pernil dolç) Ous durs amb sanfaina logurt	(*) Puré de cigrons Bacallà al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Tricolor de verdures Estofat de vedella amb salsa de xampinyons Fruita del temps
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Macarrons a la carbonara Calamars a la romana amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	(*) Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	(*) Crema de pèsols Mandonguilles mixtes amb salsa de xampinyons Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Truita de patates amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	Sopa amb galets Gall d'indi al forn amb patates Fruita del temps
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ BRESSOL 1-2 ANYS

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs amb tomàquet Croquetes de pollastre amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	FESTIU	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	Macarrons amb tomàquet i formatge Truita francesa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Pasta amb tomàquet Varetes de lluç amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Mongeta verda amb patata Truita de carbassó amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Arròs amb verdures Hamburguesa mixta amb patates Flam	(*) Puré de mongetes blanques Pollastre al forn amb amanida (tomàquet d'amanir) Fruita del temps	Sopa de peix (*) Gall dindi a l'allet Fruita del temps
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Espirals amb tomàquet Flamenquins amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Sopa amb fideus Pollastre amb salsa Fruita del temps	Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga i pernil dolç) Ous durs amb sanfaina logurt	(*) Puré de cigrons Bacallà al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Tricolor de verdures Estofat de vedella amb salsa de xampinyons Fruita del temps
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Macarrons a la carbonara Calamars a la romana amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	(*) Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	(*) Crema de pèsols Mandonguilles mixtes amb salsa de xampinyons Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Truita de patates amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	Sopa amb galets Gall d'indi al forn amb patates Fruita del temps
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ BRESSOL 0-1 ANYS

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Triturat de pollastre, sèmola d'arròs i pastanaga	Triturat de lluç, patata i carbassó	FESTIU	Triturat de pollastre, mongeta tendra i patata	Triturat de vedella, sèmola de blat i carbassa
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Triturat de lluç, sèmola de blat i verdures	Triturat de mongeta verda, patata i gall dindi	Triturat de vedella, patata i pastanaga	Triturat de pollastre, patata i carbassó	Triturat de peix blanc, sèmola d'arròs i carbassa
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Triturat de sèmola de blat, peix blanc i carbassó	Triturat de pollastre, sèmola de blat i verdures	Triturat de gall dindi, sèmola d'arròs i pastanaga	Triturat de peix blanc, patata i carbassa	Triturat de vedella, patata, mongeta verda i pastanaga
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Triturat de sèmola de blat, pollastre i verdures	Triturat de lluç, patata i carbassa	Triturat de vedella, patata i carbassó	Triturat de sèmola d'arròs, peix blanc i verdures	Triturat de gall dindi, sèmola de blat i carbassó
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ ZERO (SENSE GLUTEN, LACTOSA, OU NI PORC)

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs amb tomàquet (* Pollastre a la planxa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	FESTIU	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	(* Macarrons sense gluten ni ou amb tomàquet i orenga (* Peix al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
(* Pasta sense gluten ni ou amb tomàquet (* Lluç al forn amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Mongeta verda amb patata (* Pollastre a la planxa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Arròs amb verdures (* Hamburguesa d'au (sense gluten ni ou) amb patates (* logurt sense lactosa	Mongetes blanques estofades Pollastre al forn amb amanida (tomàquet d'amanir) Fruita del temps	Sopa de peix amb arròs (* Gall dindi a l'allet Fruita del temps
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
(* Pasta sense gluten ni ou amb tomàquet (* Peix a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	(* Sopa amb fideus sense gluten ni ou Pollastre amb salsa Fruita del temps	(* Arròs 2 delícies (pèsols i pastanaga)(sense pernil dolç) (* Gall dindi amb samfaina (* logurt sense lactosa	Cigrons estofats Bacallà al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Tricolor de verdures (* Estofat de vedella amb xampinyons Fruita del temps
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
(* Macarrons sense gluten ni ou saltats amb xampinyons (* Pollastre a la planxa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Llenties estofades amb verdures Lluç al forn amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Pèsols amb patata (* Mandonguilles d'au (sense gluten ni ou) amb xampinyons saltats Fruita del temps	Arròs amb tomàquet (* Peix a la planxa amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	(* Sopa amb pasta sense gluten ni ou Gall d'indi al forn amb patates Fruita del temps
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ SENSE GLUTEN

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs amb tomàquet (* Pollastre a la planxa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	FESTIU	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	(* Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge Trita francesa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
(* Pasta sense gluten amb tomàquet (* Lluç al forn amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Mongeta verda amb patata Trita de carbassó amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Arròs amb verdures (* Hamburguesa mixta (sense gluten) amb patates Flam	Mongetes blanques estofades Pollastre al forn amb amanida (tomàquet d'amanir) Fruita del temps	Sopa de peix amb arròs Llom a l'allet Fruita del temps
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
(* Pasta sense gluten amb tomàquet (* Llom a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	(* Sopa amb fideus sense gluten Pollastre amb salsa Fruita del temps	Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga i pernil dolç) Ous durs amb sanfaina logurt	Cigrons estofats Bacallà al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Tricolor de verdures Estofat de vedella amb salsa de xampinyons Fruita del temps
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
(* Macarrons sense gluten a la carbonara (* Pollastre al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Llenties estofades amb verdures Lluç al forn amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Pèsols amb patata (* Mandonguilles mixtes (sense gluten) amb salsa de xampinyons Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Trita de patates amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	(* Sopa amb pasta sense gluten Gall d'indi al forn amb patates Fruita del temps
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ SENSE LACTOSA

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs amb tomàquet (* Pollastre a la planxa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	FESTIU	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	(* Macarrons amb tomàquet i orenga Truita francesa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Pasta amb tomàquet (* Lluç al forn amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Mongeta verda amb patata Truita de carbassó amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Arròs amb verdures Hamburguesa mixta amb patates (* logurt sense lactosa	Mongetes blanques estofades Pollastre al forn amb amanida (tomàquet d'amanir) Fruita del temps	Sopa de peix Llom a l'allet Fruita del temps
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Espirals amb tomàquet (* Llom a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Sopa amb fideus Pollastre amb salsa Fruita del temps	(* Arròs 2 delícies (pèsols i pastanaga)(sense pernil dolç) Ous durs amb sanfaina (* logurt sense lactosa	Cigrons estofats Bacallà al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Tricolor de verdures Estofat de vedella amb salsa de xampinyons Fruita del temps
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
(* Macarrons saltats amb xampinyons (* Pollastre al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Llenties estofades amb verdures Lluç al forn amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Pèsols amb patata Mandonguilles mixtes amb xampinyons Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Truita de patates amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	Sopa amb galets Gall d'indi al forn amb patates Fruita del temps
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ SENSE PORC

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs amb tomàquet Croquetes de pollastre amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Puré de llenties Lluç al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	FESTIU	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	Macarrons amb tomàquet i formatge Truita francesa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Pasta amb tomàquet Varetes de lluç amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps	Mongeta verda amb patata Truita de carbassó amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Arròs amb verdures (*) Hamburguesa d'au amb patates Flam	Mongetes blanques estofades Pollastre al forn amb amanida (tomàquet d'amanir) Fruita del temps	Sopa de peix (*) Gall dindi a l'allet Fruita del temps
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Espirals amb tomàquet (*) Peix a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	(*) Sopa d'au amb fideus Pollastre amb salsa Fruita del temps	(*) Arròs 3 delícies (pèsols i pastanaga)(sense pernil dolç) Ous durs amb sanfaina logurt	Cigrons estofats Bacallà al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Tricolor de verdures Estofat de vedella amb salsa de xampinyons Fruita del temps
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
(*) Macarrons saltats amb xampinyons Calamars a la romana amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Llenties estofades amb verdures Lluç al forn amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	Pèsols amb patata (*) Mandonguilles d'au amb salsa de xampinyons Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Truita de patates amb amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	(*) Sopa d'au amb galets Gall d'indi al forn amb patates Fruita del temps
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ SENSE FRUCTOSA

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
(*) Arròs bullit (*) Pollastre a la planxa amb xips (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Puré de patata (*) Lluç al forn amb xampinyons (*) Iogurt natural sense sucre	FESTIU	(*) Patata bullida amb oli (*) Pollastre al forn amb arròs blanc (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Macarrons amb oli i formatge (*) Truita francesa amb patates (*) Iogurt natural sense sucre
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
(*) Pasta blanca amb oli i orenga (*) Lluç al forn amb patates (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Patata bullida amb oli (*) Truita francesa amb xampinyons (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Arròs blanc Hamburguesa mixta amb patates (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Crema de patata (*) Pollastre al forn amb xampinyons (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Sopa de peix amb arròs (sense tomàquet ni verdures) (*) Llom a la planxa amb xips (*) Iogurt natural sense sucre
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
(*) Espirals blancs amb oli (*) Llom a la planxa amb xampinyons (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Sopa amb fideus (brou sense verdures) (*) Pollastre al forn amb patates (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Arròs blanc amb pèsols (*) Ous durs amb xampinyons (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Crema de patata (*) Bacallà al forn amb patates (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Patata bullida amb oli (*) Vedella bullida amb xampinyons (*) Iogurt natural sense sucre
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
(*) Macarrons saltats amb xampinyons (sense ceba) (*) Pollastre al forn amb xampinyons (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Crema de patata (*) Lluç al forn amb xips (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Patata bullida amb oli (*) Mandonguilles mixtes amb xampinyons (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Arròs blanc (*) Truita francesa amb xips (*) Iogurt natural sense sucre	(*) Sopa amb galets (brou sense verdures) Gall d'indi al forn amb patates (*) Iogurt natural sense sucre
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

MENÚ SOPAR

Dilluns 04	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Bleda amb patata Trita de tonyina amb carbassó arrebossat logurt	NIT DE REIS Sopa de pasta Biquini de pernil dolç i formatge logurt	FESTIU	Arròs saltat amb verdures i soia Peix a la planxa amb espàrrecs logurt	Crema de carbassó Pizza logurt
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Saltat de pèsols amb bacó i ceba Ous a la flamenca (patata i xoriço) logurt	Sopa de tomàquet Peix al papillot logurt	Puré de porros i poma Trita de formatge amb tomàquet amanit Fruita	Espinacs amb beixamel Bacallà al forn amb verdures Fruita del temps	Amanida mixta Crep de pollastre amb verdures logurt
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Crema de carbassa Trita de patata amb pebrot escalivat logurt	Mongeta verda saltada amb pernil Lluç arrebossat amb xips logurt	Puré de verdures Gall dindi a l'allet Fruita del temps	Bròcoli amb patata Trita d'espinacs amb xampinyons saltats logurt	Amanida verda Entropa de frankfurt logurt
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Coliflor gratinada Pinxos morunos amb pebrots verds logurt	Crema de pastanaga Trita francesa amb patata deluxe logurt	Sopa de verdures Nuggets de pollastre amb amanida logurt	Mongeta verda amb patata Peix al forn amb ceba i tomàquet logurt	Puré de verdures Empanada de tonyina amb amanida logurt
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

BERENAR BRESSOL

Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
	logurt	FESTIU	Plàtan	Pa amb formatge
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Pa amb pernil dolç	Llet amb galetes	Pa amb formatge	logurt	Pa amb gall dindi
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Plàtan	Pa amb pernil dolç	Galetes amb xocolata	Pa amb formatge	logurt
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Pa amb gall dindi	Plàtan	logurt	Llet amb galetes	Pa amb formatge
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres

Taula orientativa de les necessitats energètiques en funció del grup d'edat:

	3-6 anys	7-12 anys	13-16 anys	16-18 anys
Necessitats energètiques diàries	1.600Kcal	1.800Kcal	2.000Kcal	2.200Kcal

Menús elaborats pel dietista Juan Reverte d'ENDERMAR, diplomat en nutrició humana i dietètica.