



Dilluns

Dimarts

CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Gener 2026

Menú Basal

Dimecres

Dijous

Divendres

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
5		6		7		8		9	
NO LECTIU		NO LECTIU		Kcal 793 Glú 114 Líp 25 Pro 22 Carlota, dacsà, olives i brots de soja Macarrons amb tomata, ceba i tonyina Burguer de coliflor i sèsam Postre Fruita Pa integral		Kcal 738 Glú 96 Líp 23 Pro 32 Mesclum d'enciam, tomata i dacsà Crema de fesols pintes, ceba i carlotes Pollastre al forn amb pinya i ceba Postre Fruita Pa		Kcal 806 Glú 102 Líp 29 Pro 29 Enciam, escarola, tomata i poma Arròs amb tomata Doré de lluç Postre Fruita Pa integral	
12		13		14		15		16	
Kcal 732 Glú 92 Líp 28 Pro 22 Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Truita francesa amb tonyina Postre Fruita Pa		Kcal 847 Glú 112 Líp 29 Pro 29 Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis integrals amb tomata i alfàbrega Ventresca de lluç a la gallega Postre Fruita Pa		Kcal 680 Glú 95 Líp 24 Pro 16 Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero Putxero Postre Fruita ECO Pa integral		Kcal 771 Glú 116 Líp 22 Pro 22 Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas Amanida completa valenciana Arròs al forn Postre Fruita Pa		Kcal 703 Glú 98 Líp 23 Pro 29 Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro amb crutons torrats Mandonguilles jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa integral	
19		20		21		22		23	
Kcal 828 Glú 110 Líp 29 Pro 26 Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons integrals a la napolitana Croquetes de bacallà Postre Fruita Pa		Kcal 701 Glú 98 Líp 20 Pro 21 Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Truita de creïlla i ceba Postre Fruita ECO Pa		Kcal 703 Glú 97 Líp 23 Pro 22 Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa mixta amb creïlles fregides Postre Fruita Pa integral		Kcal 794 Glú 91 Líp 28 Pro 38 JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Postre Labneh, iogur grec Pa		Kcal 665 Glú 93 Líp 22 Pro 17 Iceberg, tomata i carlota Sopa de verdures d'hivern ECO amb pluja Filet de abadejo a la gallega amb allets, pimentó dolç i creïlles forneres Postre Fruita Pa integral	
26		27		28		29		30	
Kcal 849 Glú 112 Líp 28 Pro 29 Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals integrals amb bacon i tomata Varettes de salmó al forn amb maionesa Postre Fruita Pa		Kcal 816 Glú 107 Líp 29 Pro 25 Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Pizza de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa		Kcal 709 Glú 95 Líp 23 Pro 26 Enciam, tomata, carlota i cogombre Sopa d'au i xirivia amb fideus Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons Postre Fruita Pa integral		Kcal 754 Glú 113 Líp 20 Pro 20 Torrada de tomata Amanida completa amb ou dur Paella valenciana amb bajoqueta i garrofó Postre Fruita Pa		Kcal 710 Glú 96 Líp 23 Pro 22 Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de llentilles, poma i carlota ECO Llonganisses de magre al forn amb chips Postre Lacti Pa integral	

RECOMANACIONS DE SOPAR

Dietistes-Nutricionistes: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)
Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



Pasta / Arròs
o Llegums



Hortalisses



Peix / Ou



Carn / Ou



Carn / Peix



Lacti



Fruita



902 103 478

Atenció al client



www.tamar.es



DINAR



SOPAR



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Gener 2026

No cacauet

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

			1			2		
			FESTIU			NO LECTIU		
5	NO LECTIU		6	NO LECTIU		7	8	
12	Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Truita francesa amb tonyina Postre Fruita Pa		13	Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis amb tomata i alfàbrega Lluç a la gallega Postre Fruita Pa		14	15	
19	Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons a la napolitana Croquetes de bacallà Postre Fruita Pa		20	Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Truita de creïlla i ceba Postre Fruita ECO Pa		21	22	
26	Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals amb bacon i tomata Varetes de salmó al forn amb maionesa Postre Fruita Pa		27	Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Pizza de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa		28	29	
						30		



Dimecres

Divendres

Gener 2026

No porc, fruits secs

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

5		6		7		8		9	
NO LECTIU		NO LECTIU		Carlota, dacsà, olives i brots de soja Macarrons amb tomata, ceba i tonyina Burguer de coliflor i sèsam Postre Fruita Pa		Mesclum d'enciam, tomata i dacsà Crema de fesols pintes, ceba i carlotes Pollastre al forn amb pinya i ceba Postre Fruita Pa		Enciam, escarola, tomata i poma Arròs amb tomata Doré de lluç Postre Fruita Pa	
12 Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Truita francesa amb tonyina Postre Fruita Pa		13 Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis amb tomata i alfàbrega Lluç a la gallega Postre Fruita Pa		14 Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero Putxero (pollastre, cigrons i creïlla) Postre Fruita ECO Pa		15 Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas Amanida completa valenciana Arròs al forn de verdures Postre Fruita Pa		16 Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro Pollastre jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa	
19 Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons a la napolitana Croquetes de bacallà Postre Fruita Pa		20 Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Truita de creïlla i ceba Postre Fruita ECO Pa		21 Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa de coliflor amb creïlles fregides Postre Fruita Pa		22 JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Postre Labneh, iogur grec Pa		23 Iceberg, tomata i carlota Sopa de verdures d'hivern ECO amb pluja Filet de abadejo a la gallega amb allets, pimentó dolç i creïlles forneres Postre Fruita Pa	
26 Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals amb tomata Varettes de salmó al forn amb maionesa Postre Fruita Pa		27 Escarola, tomata, olives i carlota Favada vegetal Pizza margarida Postre Fruita Pa		28 Enciam, tomata, carlota i cogombre Sopa d'au i xirivia amb fideus Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons Postre Fruita Pa		29 Torrada de tomata Amanida completa amb ou dur Paella valenciana amb bajoqueta i garrofó Postre Fruita Pa		30 Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de llentilles, poma i carlota ECO Bacallà al forn amb chips Postre Lacti Pa	



Dimecres

Divendres

Gener 2026

No fruits secs, cacauet, llentilles

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

		1		2	
		FESTIU		NO LECTIU	
5		7		9	
NO LECTIU		Carlota, dacsà, olives i brots de soja Macarrons amb tomata, ceba i tonyina Burguer de coliflor i sèsam Postre Fruita Pa		Enciam, escarola, tomata i poma Arròs amb tomata Doré de lluç Postre Fruita Pa	
12		14		16	
Iceberg, tomata, carlota i olives Guisat de magreets Truita francesa amb tonyina Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero Putxero Postre Fruita ECO Pa		Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro Mandonguilles jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa	
19		21		23	
Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons a la napolitana Croquetes de bacallà Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa mixta amb creïlles fregides Postre Fruita Pa		Iceberg, tomata i carlota Sopa de verdures d'hivern ECO amb pluja Filet de abadejo a la gallega amb allets, pimentó dolç i creïlles forneres Postre Fruita Pa	
26		28		30	
Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals amb bacon i tomata Varetes de salmó al forn amb maionesa Postre Fruita Pa		Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Pizza de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de creïlla, poma i carlota ECO Llonganisses de magre al forn amb chips Postre Lacti Pa	



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Gener 2026

No fruits secs, coco

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

		1		2	
		FESTIU		NO LECTIU	
5	NO LECTIU	6	NO LECTIU	7	8
12	13	14	15	16	
19	20	21	22	23	
26	27	28	29	30	



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Gener 2026

No fruits secs, ou cru

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

1		2	
FESTIU		NO LECTIU	
5	6	7	8
NO LECTIU	NO LECTIU	Carlota, dacsà, olives i brots de soja Macarrons amb tomata, ceba i tonyina Burguer de coliflor i sèsam Postre Fruita Pa	Mesclum d'enciam, tomata i dacsà Crema de fesols pintes, ceba i carlotes Pollastre al forn amb pinya i ceba Postre Fruita Pa
12	13	14	15
Iceberg, tomata, carlota i olives Llenties juliana Truita francesa amb tonyina Postre Fruita Pa	Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis amb tomata i alfàbrega Lluç a la gallega Postre Fruita Pa	Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero Putxero Postre Fruita ECO Pa	Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas Amanida completa valenciana Arròs al forn Postre Fruita Pa
19	20	21	22
Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons a la napolitana Croquetes de bacallà Postre Fruita Pa	Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Truita de creïlla i ceba Postre Fruita ECO Pa	Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa mixta amb creïlles fregides Postre Fruita Pa	JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llenties, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Postre Labneh, iogur grec Pa
26	27	28	29
Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals amb bacon i tomata Varetes de salmó al forn Postre Fruita Pa	Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Pizza de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa	Enciam, tomata, carlota i cogombre Sopa d'au i xirivia amb fideus Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons Postre Fruita Pa	Torrada de tomata Amanida completa amb ou dur Paella valenciana amb bajoqueta i garrofó Postre Fruita Pa
			30
			Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de llenties, poma i carlota ECO Llonganisses de magre al forn amb chips Postre Lacti Pa



Dimecres

Divendres

Gener 2026

No fruits secs, mango

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

		1		2	
		FESTIU		NO LECTIU	
5		7		9	
NO LECTIU		Carlota, dacsà, olives i brots de soja Macarrons amb tomata, ceba i tonyina Burguer de coliflor i sèsam Postre Fruita Pa		Enciam, escarola, tomata i poma Arròs amb tomata Doré de lluç Postre Fruita Pa	
12		14		16	
Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Truita francesa amb tonyina Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero Putxero Postre Fruita ECO Pa		Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro Mandonguilles jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa	
19		21		23	
Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons a la napolitana Croquetes de bacallà Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa mixta amb creïlles fregides Postre Fruita Pa		JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Postre Labneh, iogur grec Pa	
26		28		30	
Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals amb bacon i tomata Varetes de salmó al forn amb maionesa Postre Fruita Pa		Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Pizza de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de llentilles, poma i carlota ECO Llonganisses de magre al forn amb chips Postre Lacti Pa	
6		8		10	
NO LECTIU		Mesclum d'enciam, tomata i dacsà Crema de fesols pintes, ceba i carlotes Pollastre al forn amb pinya i ceba Postre Fruita Pa		NO LECTIU	
13		15		17	
Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis amb tomata i alfàbrega Lluç a la gallega Postre Fruita Pa		Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas Amanida completa valenciana Arròs al forn Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro Mandonguilles jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa	
20		22		24	
Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Truita de creïlla i ceba Postre Fruita ECO Pa		JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Postre Labneh, iogur grec Pa		Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro Mandonguilles jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa	



Dimecres

Divendres

Gener 2026

No fruits secs, bresquilla

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

		1		2	
		FESTIU		NO LECTIU	
5		7		9	
NO LECTIU		Carlota, dacsà, olives i brots de soja Macarrons amb tomata, ceba i tonyina Burguer de coliflor i sèsam Postre Fruita Pa		Enciam, escarola, tomata i poma Arròs amb tomata Doré de lluç Postre Fruita Pa	
12		14		16	
Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Truita francesa amb tonyina Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero Putxero Postre Fruita ECO Pa		Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro Mandonguilles jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa	
19		21		23	
Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons a la napolitana Croquetes de bacallà Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa mixta amb creïlles fregides Postre Fruita Pa		JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Postre Labneh, iogur grec Pa	
26		28		30	
Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals amb bacon i tomata Varetes de salmó al forn amb maionesa Postre Fruita Pa		Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Pizza de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de llentilles, poma i carlota ECO Llonganisses de magre al forn amb chips Postre Lacti Pa	
6		8		10	
NO LECTIU		Mesclum d'enciam, tomata i dacsà Crema de fesols pintes, ceba i carlotes Pollastre al forn amb pinya i ceba Postre Fruita Pa		NO LECTIU	
13		15		17	
Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis amb tomata i alfàbrega Lluç a la gallega Postre Fruita Pa		Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas Amanida completa valenciana Arròs al forn Postre Fruita Pa		Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro Mandonguilles jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa	
20		22		24	
Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Truita de creïlla i ceba Postre Fruita ECO Pa		JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Postre Labneh, iogur grec Pa		Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro Mandonguilles jardineria amb creïlles Postre Lacti Pa	



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Gener 2026

No fruits secs

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

		1		2	
		FESTIU		NO LECTIU	
5	NO LECTIU	6	NO LECTIU	7	8
12	13	14	15	16	
19	20	21	22	23	
26	27	28	29	30	

5

NO LECTIU

12

Iceberg, tomata, carlota i olives
Lentilles juliana

Truita francesa amb tonyina

Postre Fruita Pa

19

Escarola, tomata, carlota i dacsà
Macarrons a la napolitana

Croquetes de bacallà

Postre Fruita Pa

26

Enciam, tomata, dacsà i poma
Espirals amb bacon i tomata

Varetes de salmó al forn amb maionesa

Postre Fruita Pa

6

NO LECTIU

13

Mesclum d'enciam, tomata i taronja
Espaguetis amb tomata i alfàbrega

Lluç a la gallega

Postre Fruita Pa

20

Escarola, tomata, taronja i poma
Potatge de cigrons

Truita de creïlla i ceba

Postre Fruita ECO Pa

27

Escarola, tomata, olives i carlota
Favada asturiana amb xoriço

Pizza de pernil dolç i formatge

Postre Fruita Pa

7

Carlota, dacsà, olives i brots de soja
Macarrons amb tomata, ceba i tonyina

Burguer de coliflor i sèsam

Postre Fruita Pa

14

Enciam, tomata, carlota i olives
Sopa de putxero

Putxero

Postre Fruita ECO Pa

21

Enciam, tomata, olives i remolatxa
Crema de carabassa i carlota ECO

Hamburguesa mixta amb creïlles fregides

Postre Fruita Pa

28

Enciam, tomata, carlota i cogombre
Sopa d'au i xirivia amb fideus

Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons

Postre Fruita Pa

8

Mesclum d'enciam, tomata i dacsà
Crema de fesols pintes, ceba i carlotes

Pollastre al forn amb pinya i ceba

Postre Fruita Pa

15

Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas
Amanida completa valenciana

Arròs al forn

Postre Fruita Pa

22

JORNADA EGÍPCIA
Mujaddara, arròs amb lentilles, ceba i comí

Shish Taouk, broqueta de pollastre amb
tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i

Postre Labneh, iogur grec Pa

29

Torrada de tomata
Amanida completa amb ou dur

Paella valenciana amb bajoqueta i garrofó

Postre Fruita Pa

9

Enciam, escarola, tomata i poma
Arròs amb tomata

Doré de lluç

Postre Fruita Pa

16

Enciam, tomata, dacsà i olives
Crema de porro

Mandonguilles jardineria amb creïlles

Postre Lacti Pa

23

Iceberg, tomata i carlota
Sopa de verdures d'hivern ECO amb pluja

Filet de abadejo a la gallega amb allets,
pimentó dolç i creïlles forneres

Postre Fruita Pa

30

Enciam, tomata, olives i remolatxa
Crema de lentilles, poma i carlota ECO

Llonganisses de magre al forn amb chips

Postre Lacti Pa



CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Gener 2026

No ou

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

		1		2			
		FESTIU		NO LECTIU			
5	NO LECTIU	6	NO LECTIU	7	8		
12	Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Pollastre planxa amb ceba Postre Fruita Pa	13	Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis sense gluten amb tomata i alfàbrega Lluç a la gallega Postre Fruita Pa	14	Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero sense gluten Putxero Postre Fruita ECO Pa integral		
19	Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons sense gluten a la napolitana Bacallà al forn Postre Fruita Pa	20	Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Pollastre planxa amb verdures Postre Fruita ECO Pa	21	Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa mixta amb creïlles fregides Postre Fruita Pa integral		
26	Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals sense gluten amb bacon i tomata Lluç al forn amb ceba Postre Fruita Pa	27	Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Panini amb tomata i orenga Postre Fruita Pa	28	Enciam, tomata, carlota i cogombre Sopa d'au i xirivia amb fideus sense gluten Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons Postre Fruita Pa integral	29	Torrada de tomata Amanida completa Paella valenciana amb bajoqueta i garrofó Postre Fruita Pa
				22			
				JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Labneh, iogur grec Postre Pa			
				23			
				Iceberg, tomata i carlota Sopa d verdures d'hivern amb plutja sense glut Filet de abadejo a la gallega amb allets, pimentó dolç i creïlles forneres Postre Fruita Pa integral			
				30			
				Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de llentilles, poma i carlota ECO Llonganisses de magre al forn amb chips Postre Lacti Pa integral			



Dilluns

Dimarts

CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Gener 2026

No dacsà

Dimecres

Dijous

Divendres

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

		1		2			
		FESTIU		NO LECTIU			
5	NO LECTIU	6	NO LECTIU	7	8		
12	Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Trita francesa amb tonyina Postre Fruita Pa	13	Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis integrals amb tomata i alfàbrega Ventresca de lluç a la gallega Postre Fruita Pa	14	Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero Putxero Postre Fruita ECO Pa integral		
19	Escarola, tomata, carlota Macarrons integrals a la napolitana Croquetes de bacallà Postre Fruita Pa	20	Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Trita de creïlla i ceba Postre Fruita ECO Pa	21	Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa mixta amb creïlles fregides Postre Fruita Pa integral		
26	Enciam, tomata i poma Espirals integrals amb bacon i tomata Varetes de salmó al forn amb maionesa Postre Fruita Pa	27	Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Pizza de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa	28	Enciam, tomata, carlota i cogombre Sopa d'au i xirivia amb fideus Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons Postre Fruita Pa integral	29	Torrada de tomata Amanida completa amb ou dur Paella valenciana amb bajoqueta i garrofó Postre Fruita Pa
				22			
				JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb lentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Labneh, iogur grec Postre Labneh, iogur grec Pa			
				23			
				Iceberg, tomata i carlota Sopa de verdures d'hivern ECO amb pluja Filet de abadejo a la gallega amb allets, pimentó dolç i creïlles forneres Postre Fruita Pa integral			
				30			
				Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de lentilles, poma i carlota ECO Llonganisses de magre al forn amb chips Postre Lacti Pa integral			



Dimecres

Divendres

Gener 2026

No proteína vaca, ou

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

1		2	
FESTIU		NO LECTIU	
5	6	7	8
NO LECTIU	NO LECTIU	Carlota, dacsà, olives i brots de soia Macarrons sense gluten amb tomata, ceba i ton Bacallà al forn amb creïlles Postre Fruita Pa integral	Mesclum d'enciam, tomata i dacsà Crema de fesols pintes, ceba i carlotes Pollastre al forn amb pinya i ceba Postre Fruita Pa
12	13	14	15
Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Pollastre planxa amb ceba Postre Fruita Pa	Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis sense gluten amb tomata i alfàbrega Lluç a la gallega Postre Fruita Pa	Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero sense gluten Putxero (pollastre, cigrons, creïlla) Postre Fruita ECO Pa integral	Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas Amanida completa valenciana Arròs al forn de verdures Postre Fruita Pa
19	20	21	22
Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons sense gluten a la napolitana Bacallà al forn Postre Fruita Pa	Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Pollastre planxa amb verdures Postre Fruita ECO Pa	Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Filet de lluç amb creïlles fregides Postre Fruita Pa integral	JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, broqueta de pollastre amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i Postre logur vegetal Pa
26	27	28	29
Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals sense gluten amb tomata Lluç al forn amb ceba Postre Fruita Pa	Escarola, tomata, olives i carlota Favada vegetal Panini amb tomata i orenga Postre Fruita Pa	Enciam, tomata, carlota i cogombre Sopa d'au i xirivia amb fideus sense gluten Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons Postre Fruita Pa integral	Torrada de tomata Amanida completa Paella valenciana amb bajoqueta i garrofó Postre Fruita Pa
			30
			Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de llentilles, poma i carlota ECO Bacallà al forn amb chips Postre logur vegetal Pa integral



CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Gener 2026

Triturat

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

		1		2	
		FESTIU		NO LECTIU	
5	NO LECTIU	6	NO LECTIU	7	8
		Pasta, tomata, tonyina i formatge		Creïlla, fesols, carlota i ou	
		Postre Fruita Pa integral		Postre Fruita Pa	
12	Lentilles, verdures, ou i carlota	13	Lluç, creïlla, carlota i ceba	14	15
		Sopa, pollastre, cigrons i verdures		Arròs, magrets i creïlla	
		Postre Fruita ECO Pa integral		Postre Fruita Pa	
19	Pasta, tomata, formatge	20	Cigrons, carlota, ou i verdures	21	22
		Carabassa, carlota, ou i formatge		Pollastre, tomata, ceba i carlota	
		Postre Fruita Pa integral		Postre Labneh, iogur grec Pa	
26	Lluç, carlota, verdures i creïlla	27	Fesols, carlota, ou i ceba	28	29
		Sopa, pollastre, creïlla i verdures		Arròs, pollastre i verdures	
		Postre Fruita Pa integral		Postre Fruita Pa	
				30	
				Lentilles, creïlla, carlota, ou i poma	
				Postre Lacti Pa integral	

JORNADA EGÍPCIA



Dimarts

Gener 2026

Vegetariani

Dimecres

Dijous

Divendres

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

1		2	
FESTIU		NO LECTIU	
5 NO LECTIU	6 NO LECTIU	7 Carlota, dacsa, olives i brots de soja Macarrons amb tomata, ceba i formatge Burguer de coliflor i sèsam Postre Fruita Pa integral	8 Mesclum d'enciam, tomata i dacsa Crema de fesols pintes, ceba i carlotes Quinoa amb llentilles i carlota Postre Fruita Pa
12 Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Truita francesa Postre Fruita Pa	13 Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis integrals amb tomata i alfàbrega Hamburguesa de bròcoli Postre Fruita Pa	14 Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de verdures Cigrons amb tomata, cuscús i formatge Postre Fruita ECO Pa integral	15 Torrada d'hummus de garbanzo y aceitunas Amanida completa valenciana Arròs al forn de verdures Postre Fruita Pa
19 Escarola, tomata, carlota i dacsa Macarrons integrals a la napolitana Nuggets de bròcoli Postre Fruita Pa	20 Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Truita de creïlla i ceba Postre Fruita ECO Pa	21 Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de carabassa i carlota ECO Hamburguesa de coliflor amb creïlles fregides Postre Fruita Pa integral	22 JORNADA EGÍPCIA Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí Shish Taouk, quinoa amb tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i herbes Postre Labneh, iogur grec Pa
26 Enciam, tomata, dacsa i poma Espirals integrals amb tomata Truita francesa amb formatge Postre Fruita Pa	27 Escarola, tomata, olives i carlota Favada vegetal Pizza margarida Postre Fruita Pa	28 Enciam, tomata, carlota i cogombre Sopa de verdures i xirivia amb fideus Truita francesa amb xampinyons Postre Fruita Pa integral	29 Torrada de tomata Amanida completa amb ou dur Paella de verdures amb bajoqueta i garrofó Postre Fruita Pa
			30 Enciam, tomata, olives i remolatxa Crema de llentilles, poma i carlota ECO Fesols amb carlota, ceba i quinoa Postre Lacti Pa integral