



CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Kcal 733 Glú 96 Líp 23 Pro 31
Enciam, tomata, carlota i brots de soja

1° Crema de carabasseta i porro

2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Pèsols amb pernil i truita

Kcal 746 Glú 112 Líp 22 Pro 19
Enciam, tomata, dacs i olives (12)

1° Arròs amb tomata

2° Filet d'abadejo a la gallega amb allets (3.5.14)

Postre Lacti (8) Pa (1.7.10)
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Kcal 805 Glú 98 Líp 27 Pro 35
Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres

2° Llonganisses de magre al forn (7.12)

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Kcal 732 Glú 91 Líp 28 Pro 22
Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana (1)

2° Truita francesa amb formatge (4.8)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Kcal 689 Glú 96 Líp 24 Pro 28
Torrada de tomata i orenga (1.7.10)

1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives (1.4.5.7.10)

2° Bacallà a la biscaina (3.5.14)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Kcal 729 Glú 97 Líp 24 Pro 27
Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles (3.5.12.14)

2° Llom cinta amb samfaina (1.7.8.9.10)

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Kcal 754 Glú 113 Líp 21 Pro 22
Torrada de formatge (1.4.7.8.10)

1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Sopa juliana i salmó

Kcal 738 Glú 97 Líp 27 Pro 35
Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota (12)

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Bullit de bledes i truita

Kcal 780 Glú 104 Líp 25 Pro 29
Torrada d'humus (1.7.10.11)

1° Amanida mediterrànea (4)

2° Arròs a banda (3.5.12.14)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Kcal 793 Glú 114 Líp 25 Pro 22
Enciam, tomata, olives (12) i dacs

1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO (1)

2° Truita francesa (4)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Kcal 738 Glú 97 Líp 23 Pro 91
Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Espirals integrals sorrentina (1.4.7.8.10)

2° Ventresca de lluç a la gallega (3.5.14)

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Kcal 750 Glú 113 Líp 21 Pro 21
Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Escalivada i truita francesa

Kcal 709 Glú 97 Líp 23 Pro 29
Torrada de tomata amb oli (1.7.10)

1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina

2° Rellom de pollastre empanat (1.7.8.13)

Postre Lacti (8) Pa int(1.7.10)
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro

Kcal 736 Glú 112 Líp 20 Pro 23
Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina (1.4.5.7.10)

2° Filet de lluç en salsa meri (3.5.14)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta

Kcal 709 Glú 91 Líp 24 Pro 28
Enciam, tomata, olives (12) i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Truita de carabasseta (4)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Kcal 709 Glú 95 Líp 23 Pro 26
Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au (1.4.7.10)

2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

Halal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia

1° Crema de carabasseta i porro

2° Pollastre halal al forn amb xampinyons

Postre Fruita Pa int
Sopar Pèsols amb tomaca i truita

Enciam, tomata, dacs i olives

1° Arròs amb tomata

2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti Pa
Sopar Crema de carlota i truita

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres

2° Pollastre halal a la planxa amb tomaca

Postre Fruita Pa int
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana

2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita Pa
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives

2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita Pa
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles

2° Pollastre halal a la planxa amb samfaina

Postre Fruita Pa int
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i truita

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea

2° Arròs a banda

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO

2° Truita francesa

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa d'au i orada

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Espirals integrals sorrentina

2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i truita

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita Pa
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina

2° Pollastre halal a la planxa

Postre Lacti Pa int
Sopar Pèsols amb tomaca i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina

2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita Pa
Sopar Bullit d'espinacs i filet de pollastre

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Truita de carabasseta

Postre Fruita Pa
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au

2° Pollastre halal al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita Pa int
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

No cacauets

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soja
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i truita **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti
Sopar Crema de carlota i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn **Pa int**

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa
1° Llentilles juliana
2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot **Pa**

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada **Pa int**

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i salmó **Pa**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de llegums i hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i truita **Pa int**

Torrada d'humus
1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals sorrentina
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma
2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita
Sopar Escalivada i truita francesa **Pa**

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina
2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta **Pa**

Enciam, tomata, olives i cogombre
1° Potatge de cigrons amb carlota
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita
Sopar Crema de carlota i salmó **Pa int**



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

No dacsà

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soja
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita Pa int
Sopar Pèsols amb pernil i truita

Enciam, tomata i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti Pa
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita Pa int
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata i remolatxa

1° Llentilles juliana

2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita Pa
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga

1° Amanida de pasta, tonyina i olives

2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita Pa
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles

2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita Pa int
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de formatge

1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i truita

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea

2° Arròs a banda

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata i olives

1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO

2° Truita francesa

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Enciam, tomata i carlota

1° Espirals integrals sorrentina

2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita Pa
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli

1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina

2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti Pa int
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina

2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita Pa
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Truita de carabasseta

Postre Fruita Pa
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata i carlota

1° Sopa d'au

2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita Pa int
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No fruits secs, bresquilla

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i truita **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti
Sopar Crema de carlota i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn **Pa int**

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa
1° Llentilles juliana
2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot **Pa**

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada **Pa int**

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i salmó **Pa**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de llegums i hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i truita **Pa int**

Torrada d'humus
1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals sorrentina
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma
2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita
Sopar Escalivada i truita francesa **Pa**

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina
2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta **Pa**

Enciam, tomata, olives i cogombre
1° Potatge de cigrons amb carlota
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita
Sopar Crema de carlota i salmó **Pa int**



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

No fruits secs, cacauet, llentilles

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita Pa int
Sopar Pèsols amb pernil i truita

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti Pa
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita Pa int
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Guisat de verdures

2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita Pa
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga
Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita Pa
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles

2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita Pa int
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de formatge
Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i truita

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea

2° Arròs a banda

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs

1° Arròs integral amb hortalisses ECO

2° Truita francesa

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Espirals integrals sorrentina

2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita Pa
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli
Amanida campestre amb ou dur i tonyina

2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti Pa int
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina

2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita Pa
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Truita de carabasseta

Postre Fruita Pa
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au

2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita Pa int
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No fruits secs, coco

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soja
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i truita **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti
Sopar Crema de carlota i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn **Pa int**

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana
2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot **Pa**

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada **Pa int**

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i salmó **Pa**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de llegums i hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i truita **Pa int**

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals sorrentina
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma
2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita
Sopar Escalivada i truita francesa **Pa**

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina
2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita
Sopar Bullit d'espinacs i llom cinta **Pa**

Enciam, tomata, olives i cogombre
1° Potatge de cigrons amb carlota
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita
Sopar Crema de carlota i salmó **Pa int**



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No fruits secs, mango

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i truita **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti
Sopar Crema de carlota i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn **Pa int**

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana
2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot **Pa**

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada **Pa int**

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i salmó **Pa**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de llegums i hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i truita **Pa int**

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals sorrentina
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma
2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita
Sopar Escalivada i truita francesa **Pa**

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina
2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita
Sopar Bullit d'espinacs i llom cinta **Pa**

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita
Sopar Crema de carlota i salmó **Pa int**



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No fruits secs, ou cru

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soja
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i truita **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti
Sopar Crema de carlota i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn **Pa int**

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana
2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot **Pa**

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada **Pa int**

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i salmó **Pa**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de llegums i hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i truita **Pa int**

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals sorrentina
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma
2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita
Sopar Escalivada i truita francesa **Pa**

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina
2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta **Pa**

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita
Sopar Crema de carlota i salmó **Pa int**



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

No fruits secs

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soja
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i truita **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti
Sopar Crema de carlota i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn **Pa int**

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa
1° Llentilles juliana
2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot **Pa**

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada **Pa int**

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i salmó **Pa**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de llegums i hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i truita **Pa int**

Torrada d'humus
1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre **Pa**

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals sorrentina
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma
2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita
Sopar Escalivada i truita francesa **Pa**

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina
2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita
Sopar Bullit d'espinacs i llom cinta **Pa**

Enciam, tomata, olives i cogombre
1° Potatge de cigrons amb carlota
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita
Sopar Crema de carlota i salmó **Pa int**



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No lactosa

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soja
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i truita **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti sense lactosa **Pa**
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa
1° Llentilles juliana
2° Truita francesa

Postre Fruita **Pa**
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita **Pa**
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de tomata
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de llegums i hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i truita

Torrada d'humus
1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals amb tomaca i ceba
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma
2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita **Pa**
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina
2° Filet de pit de pollastre a la planxa

Postre Lacti sense lactosa **Pa int**
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita **Pa**
Sopar Bullit d'espinacs i llom cinta

Enciam, tomata, olives i cogombre
1° Potatge de cigrons amb carlota
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

No llegums

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita Pa int
Sopar Truita francesa

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti Pa
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles i carlota
2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita Pa int
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Guisat de verdures
2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita Pa
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga
Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita Pa
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita Pa int
Sopar Escalivada i orada

Torrada de formatge
Amanida completa amb carlota i cogombre
2° Paella valenciana

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita Pa int
Sopar Truita francesa

Torrada de tomata

1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Arròs integral amb hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals sorrentina
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de carabasseta
2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita Pa
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli
Amanida campestre amb ou dur i tonyina
2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti Pa int
Sopar Crema de carlota i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita Pa
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Guisat de verdures
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita Pa
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita Pa int
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

No ou

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia

1° Crema de carabasseta i porro

2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i tomata **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives

1° Arròs amb tomata

2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti
Sopar Crema de carlota i filet de vedella **Pa**

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres

2° Llonganisses de magre al forn

Postre Fruita
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles

2° Llom cinta amb samfaina

Postre Fruita
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada **Pa int**

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i salmó **Pa**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i dorada **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Espirals sense guten sorrentina

2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa **Pa int**

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita
Sopar Escalivada i filet de pollastre **Pa**

Torrada de tomata amb oli

1° Amanida campestre amb tonyina

2° Pollastre a la planxa amb tomata

Postre Lacti
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro **Pa int**

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Llom al forn

Postre Fruita
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor **Pa**

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au sense gluten

2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita
Sopar Crema de carlota i salmó **Pa int**



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No porc, fruits secs

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soja

1° Crema de carabasseta i porro

2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Pèsols amb tomaca i truita

Enciam, tomata, dacs i olives

1° Arròs amb tomata

2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti **Pa**
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres

2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana

2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita **Pa**
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives

2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita **Pa**
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles

2° Pollastre a la planxa amb samfaina

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de formatge
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i truita

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea

2° Arròs a banda

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO

2° Truita francesa

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Kcal 738 Glú 97 Lip 23 Pro 91
Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Espirals integrals sorrentina

2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita **Pa**
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina

2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti **Pa int**
Sopar Pèsols amb tomaca i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina

2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita **Pa**
Sopar Bullit d'espinacs i llom cinta

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Truita de carabasseta

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au

2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026

No porc

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia

1° Crema de carabasseta i porro

2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Pèsols amb tomaca i truita

Enciam, tomata, dacs i olives

1° Arròs amb tomata

2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Lacti **Pa**
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres

2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana

2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita **Pa**
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga

1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives

2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita **Pa**
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles

2° Pollastre a la planxa amb samfaina

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de formatge

1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i truita

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea

2° Arròs a banda

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs

1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO

2° Truita francesa

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Kcal 738 Glú 97 Lip 23 Pro 91

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Espirals integrals sorrentina

2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita **Pa**
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli

1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina

2° Rellom de pollastre empanat

Postre Lacti **Pa int**
Sopar Pèsols amb tomaca i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina

2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita **Pa**
Sopar Bullit d'espinacs i llonganissa

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Truita de carabasseta

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au

2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No proteïna vaca, ou

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia

1° Crema de carabasseta i porro

2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita
Sopar Pèsols amb pernil i tomata **Pa int**

Enciam, tomata, dacs i olives

1° Arròs amb tomata

2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Fruita **Pa**
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres

2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana

2° Pollastre planxa

Postre Fruita **Pa**
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta sense gluten, tonyina, dacs i olives

2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita **Pa**
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles

2° Pollastre a la planxa amb samfaina

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de tomata
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i filet de pollastre

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea

2° Arròs a banda

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO

2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals sense gluten amb tomaca i ceba

2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita **Pa**
Sopar Escalivada i filet de pollastre

Torrada de tomata amb oli

1° Amanida campestre amb tonyina

2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Lacti **Pa int**
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Espaguetis sense gluten amb tonyina

2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita **Pa**
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Pollastre planxa

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au sense gluten

2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No proteïna vaca

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soja
1° Crema de carabasseta i porro
2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita Pa int
Sopar Pèsols amb pernil i truita

Enciam, tomata, dacs i olives
1° Arròs amb tomata
2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Fruita Pa
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres
2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Fruita Pa int
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana
2° Truita francesa

Postre Fruita Pa
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga
Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives
2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita Pa
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles
2° Pollastre a la planxa amb samfaina

Postre Fruita Pa int
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de tomata
Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons
2° Paella valenciana

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de llegums i hortalisses ECO
2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i truita

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea
2° Arròs a banda

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs
Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO
2° Truita francesa

Postre Fruita Pa
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i carlota
Espirals integrals amb tomaca i ceba
2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita Pa int
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita Pa
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli
Amanida campestre amb ou dur i tonyina

2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Lacti Pa int
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina
2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita Pa
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota
2° Truita de carabasseta

Postre Fruita Pa
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au
2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita Pa int
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
No proteïna vaca

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia

1° Crema de carabasseta i porro

2° Pollastre al forn amb xampinyons

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Pèsols amb pernil i truita

Enciam, tomata, dacs i olives

1° Arròs amb tomata

2° Filet d'abadejo a la gallega amb allels

Postre Fruita **Pa**
Sopar Crema de carlota i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres

2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Sopa d'au i llobarro al forn

Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana

2° Truita francesa

Postre Fruita **Pa**
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Torrada de tomata i orenga
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives

2° Bacallà a la biscaina

Postre Fruita **Pa**
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Enciam, tomata, dacs i cogombre

1° Guisat mariner amb creïlles

2° Pollastre a la planxa amb samfaina

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Torrada de tomata
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i salmó

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i truita

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea

2° Arròs a banda

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Enciam, tomata, olives i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO

2° Truita francesa

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals amb tomaca i ceba

2° Ventresca de lluç a la gallega

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita **Pa**
Sopar Escalivada i truita francesa

Torrada de tomata amb oli
1° Amanida campestre amb ou dur i tonyina

2° Pollastre a la planxa amb tomaca

Postre Lacti **Pa int**
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina

2° Filet de lluç en salsa meri

Postre Fruita **Pa**
Sopar Bullit d'espinacs i llom cinta

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Truita de carabasseta

Postre Fruita **Pa**
Sopar Sèmola d'arròs i lluç al vapor

Enciam, tomata, dacs i carlota

1° Sopa d'au

2° Pollastre al forn amb ceba i creïlles

Postre Fruita **Pa int**
Sopar Crema de carlota i salmó



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
Triturat

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

	1	2	3	4
7	8	9 Pollastre, creïlla, carabasseta i xampinyons Postre Fruita triturat	10 Peix, arròs, tomata i verdures Postre Lacti	11 Llonganisses, creïlles, carlota i fesols tendres Postre Fruita triturat
14 Llentilles, ou, tomata i verdures Postre Fruita triturat	15 Peix, pasta, tomata i verdures Postre Fruita triturat	16 Llom, creïlles, samfaina i verdures Postre Fruita triturat	17 Arròs, pollastre, fesls tendres i ceba Postre Fruita triturat	18 Pollastre, carlota, creïlla, i hortalisses Postre Fruita triturat
21 Peix, arròs, tomata, ceba i carlota Postre Fruita triturat	22 Llentilles, arròs, hortalisses i ou Postre Fruita triturat	23 Peix, pasta, tomata i verdures Postre Fruita triturat	24 Pollastre, fesols, carabasseta i ceba Postre Fruita triturat	25 Pollastre, creïlla, carlota i ou Postre Lacti
28 Peix, pasta, tomata i verdures Postre Fruita triturat	29 Cigrons, ou, carlota, ceba i creïlla Postre Fruita triturat	30 Pollastre, sopa, creïlla i ceba Postre Fruita triturat		



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)





CEIP ALMASSAF - ALMUSSAFES

Septembre 2026
Vegetarià

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Enciam, tomata, carlota i brots de soia

1° Crema de carabasseta i porro

2° Pèsols amb tomaca i ceba

Postre Fruita
Sopar Truita francesa

Pa int

Enciam, tomata, dacsà i olives

1° Arròs amb tomata

2° Truita francesa

Postre Lacti
Sopar Crema de carlota i cigrons

Pa

Enciam, tomata, dacsà i cogombre
1° Bullit valencià de creïlles, carlota i fesols tendres

2° Nuggets de bròcoli

Postre Fruita
Sopar Sopa de verdures i llegums

Pa int

Mesclum, tomata, dacsà i remolatxa

1° Llentilles juliana

2° Truita francesa amb formatge

Postre Fruita
Sopar Puré de creïlla i carabasseta

Pa

Torrada de tomata i orenga

1° Amanida de pasta, dacsà i olives

2° Hamburguesa de coliflor i formatge

Postre Fruita
Sopar Crema de carabasseta i cigrons

Pa

Enciam, tomata, dacsà i cogombre

1° Guisat de verdures

2° Truita francesa

Postre Fruita
Sopar Fesols tendres amb tomata

Pa int

Torrada de formatge

1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella de verdures

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i hamburguesa vegetal

Pa

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Arròs amb tomata

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i truita

Pa int

Torrada d'humus

1° Amanida mediterrànea

2° Arròs de verdures

Postre Fruita
Sopar Sopa juliana i truita

Pa

Enciam, tomata, olives i dacsà
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO

2° Truita francesa

Postre Fruita
Sopar Sopa de verdures y llegums

Pa

Enciam, tomata, dacsà i carlota

1° Espirals integrals sorrentina

2° Pèsols amb tomaca i ceba

Postre Fruita
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa vegetal

Pa int

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Truita de creïlla i carabasseta

Postre Fruita
Sopar Escalivada i truita francesa

Pa

Torrada de tomata amb oli

1° Amanida campestre amb ou dur

2° Nuggets de bròcoli

Postre Lacti
Sopar Pèsols amb tomata i ceba

Pa int

Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tomaca

2° Llegums amb verdures

Postre Fruita
Sopar Bullit d'espínacs i truita

Pa

Enciam, tomata, olives i cogombre

1° Potatge de cigrons amb carlota

2° Truita de carabasseta

Postre Fruita
Sopar Sèmola d'arròs i pèsols

Pa

Enciam, tomata, dacsà i carlota

1° Sopa de verdures

2° Hamburguesa de coliflor i formatge

Postre Fruita
Sopar Crema de carlota i bròcoli

Pa int



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)

