

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Festiu	2 Festiu	3 Festiu	4 Festiu	5 Festiu
08 Lletuga, remolatxa, olives Arròs amb salsa de tomaca Capricis a la romana de calamar Fruita de temporada <i>SOPAR: Carabasseta en ceba i truita de pernil. Fruita</i>	09 Lletuga, dacsa, olives Crema de llegums de cigrons amb hortalisses Hamburguesa amb samfaina de titot i porc al forn con tomate, berenjena y pimiento Fruita de temporada <i>SOPAR: Amanida pipirrana i peix blanc a la llima. Fruita</i>	10 Lletuga, safanòria, llombarda MACARRONS ECO al pesto amb salsa de tomaca Hamburguesa amb samfaina de titot i porc al forn con tomate, berenjena y pimiento Fruita de temporada <i>SOPAR: Bajoca amb tomaca i magre estofat. Fruita</i>	11 Lletuga, tomaca, safanòria Fesols camperes amb creïlla, safanòria i carabasseta Truita de creïlla i carabasseta Fruita de temporada <i>SOPAR: Crema de xampinyó i peix blanc al forn. Fruita</i>	12 Lletuga, safanòria, remolatxa Sopa castellana amb fideus d'au amb ou Cassola de titot amb creïlles i hortalisses guisades al forn Fruita de temporada <i>SOPAR: Bròcoli paradís i faixetes de pollastre. Fruita</i>
15 Lletuga, safanòria, dacsa Crema de verdures campestre amb patata, porro, pastanaga i carabasseta Filet de pollastre arrebossat Fruita de temporada <i>SOPAR: Sopa d'au i ou cuit amb samfaina. Fruita</i>	16 Lletuga, cogombre, olives Macarrons toscana amb tomaca, ceba, safanòria, porro i formatge Truita de creïlla Fruita de temporada <i>SOPAR: Xampinyó amb allada i llom rostit. Fruita</i>	17 Lletuga, dacsa, olives LENTILLES ECO a la jardineria amb ceba, safanòria i carabasseta Pizza de pernil dolç i formatge amb tomaca Fruita de temporada <i>SOPAR: Tomaca a la provençal i guisat de peix blanc. Fruita</i>	18 Amanida completa lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, olives i tonyina Arròs del senyoret amb lluç i marisc Gelats barbacoa de nata i xocolata <i>SOPAR: Vichysoise i vedella en ceba. Fruita</i>	19 Lletuga, llombarda, dacsa Cigrons de l'horta amb creïlla, safanòria, carabasseta i ceba Braó de porc al pebre roig al forn Fruita de temporada <i>SOPAR: Amanida caprese i cuixa de pollastre amb allada. Fruita</i>
22 Lletuga, remolatxa, dacsa Lentejas amb sofregit de verdures amb creïlla, ceba, pimentó i safanòria Lluç farcida de pernil i formatge Fruita de temporada <i>SOPAR: Crema mediterrània i truita d'espínacs. Fruita</i>	23 Lletuga, safanòria, olives MACARRONS ECO a la provençal amb tomaca i verdures Truita espanyola amb creïlla i ceba Fruita de temporada <i>SOPAR: Creïlles gratinades i peix blanc a l'andalusa. Fruita</i>	24 Lletuga, cogombre, dacsa Crema bretona de fresols amb hortalisses Mandonguilles a la santanderiana carn de porc al forn amb salsa de safanòria i ceba Fruita de temporada <i>SOPAR: Carabassa rostida i titot a les fines herbes. Fruita</i>	25 Amanida mediterrània lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, olives i tonyina Paella valenciana amb pollastre, bajoca i garrofó Gelats barbacoa de nata i xocolata <i>SOPAR: Wok de verdures i peix blau a la sal. Fruita</i>	26 Hummus de cigrons amb nachos Sopa de picada amb estreletes d'au amb ou Cuixa de pollastre rústica al romaní al forn Fruita de temporada <i>SOPAR: Pèsols ofegats amb pernil i sépia al pebre roig. Fruita</i>
29 Lletuga, safanòria, olives Crema de carabasseta i porro Llonganisses rostides amb salsa lionesa carn de porc al forn amb salsa de ceba Fruita de temporada <i>SOPAR: Sopa juliana i peix blanc en salsa de porros. Fruita</i>	30 Lletuga, cogombre, dacsa Potatge de cigrons amb creïlla, safanòria, carabasseta i ceba Truita de creïlla Fruita de temporada <i>SOPAR: Amanida murciana i pollastre amb salsa de formatge. Fruita</i>	INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo II). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.		



SABIES QUE

Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós!

SETEMBRE FRUITA DE TEMPORADA:
Poma, plàtan, pera i pruna

CONSILLS SALVDABLES

¡Benvinguts al nou cicle escolar!
Explorarem i gaudirem diferents aliments colorits i aromàtics, que ens aportaran nutrients per cuidar el nostre cos.

- Ingredients ECO
- Peix sostenible
- De temporada
- Font d'omega 3
- Gastronomia local
- Suggeriment SOPAR
- Proteïna vegetal
- Dia menú temàtic
- Dia susceptible de festiu, consulta amb el teu centre.

Valor nutricional				
(Promedi diari del menjar de mig dia)				
Energia	Greix	ACS	AGM	AGP
3631kj				
868kcal	39.4g	7.5g	12.8g	15.6g
Hidrats de Carboni	Sucre	Proteïnes	Sal	
91g	22.7g	32.0g	2.7g	