

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

Festivo

Festivo

Festivo

Festivo

Festivo

Lechuga, remolacha, olivas
LENTEJAS ECO a la jardinera
con hortalizas
Bacalao rebozado
Fruta

CENA: Calabacín encebollado y tortilla de jamón. Fruta

Lechuga, tomate, maíz
Crema de brócoli
Hamburguesa de ave con pisto
al horno con tomate y hortalizas
Fruta

CENA: Ensalada pipirrana y pescado blanco al limón. Fruta

Lechuga, zanahoria, lombarda
Arroz con verduras
Tortilla de patata y calabacín
Fruta

CENA: Judías verdes con tomate y magro estofado. Fruta

Lechuga, maíz, olivas
Sopa castellana con fideos
de ave y cerdo
Muslo de pollo al estilo criollo
al horno
Fruta

CENA: Crema de champiñón y pescado blanco al horno. Fruta

Lechuga, zanahoria, pepino
Macarrones ECO al pesto de albahaca
con tomate y queso
Lomo adobado en salsa al toque de pimienta
al horno con tomate triturado, cebolla y orégano
Fruta

CENA: Brócoli paraíso y fajitas de pollo. Fruta

Lechuga, zanahoria, lombarda
Crema de verduras campestres
con patata, cebolla, calabaza y calabacín
Solomillo de pollo empanado
Fruta

CENA: Tomate a la provenzal y guiso de pescado blanco. Fruta

Lechuga, pepino, olivas
Coditos toscana
con tomate, zanahoria, cebolla y queso
Tortilla de patata
Fruta

CENA: Ensalada caprese y pescado blanco al ajillo. Fruta

Lechuga, maíz, olivas
Garbanzos de la huerta
con zanahoria, cebolla y pimiento
Pizza de york y queso
con tomate
Fruta

CENA: Sopa de ave y huevo cocido con pisto. Fruta

Ensalada completa con queso
lechuga, tomate, zanahoria, maíz, huevo duro y olivas
Arroz del senyoret
con pescado y marisco
Helado

CENA: Vichyssoise y ternera encebollada. Fruta

Lechuga, lombarda, maíz
Guisado de alubias blancas con verduras
Lomo sajonia al ajillo
al horno
Fruta

CENA: Champiñón al ajillo y lomo rustido. Fruta

Lechuga, zanahoria, olivas
Lentejas juliana
con tomate triturado, patata, zanahoria y cebolla
Merluza rellena de york y queso
Fruta

CENA: Crema mediterránea y tortilla de espinacas. Fruta

Lechuga, maíz, pepino
MACARRONES ECO a la provenza
con tomate, hortalizas y queso
Tortilla de patata y cebolla
Fruta

CENA: Patatas al gratén y pescado blanco a la andaluza. Fruta

Nachos con hummus
Crema de calabacín con picatostes
Albóndigas a la santanderina
carne de cerdo al horno en salsa con perejil, tomillo y pimentón
Fruta

CENA: Calabaza asada y pavo a las finas hierbas. Fruta

Ensalada mediterránea con queso
lechuga, tomate, zanahoria, maíz, huevo duro y olivas
Paella alicantina
con pollo y magro de cerdo
Helado

CENA: Wok de verduras y pescado azul a la sal. Fruta

Lechuga, zanahoria, lombarda
Potaje de garbanzos
con patata, zanahoria, espinaca y calabacín
Muslo de pollo a las hierbas provenzales
al horno
Fruta

CENA: Guisantes rehogados con jamón y sepia al pimentón. Fruta

Lechuga, remolacha, olivas
Crema de calabaza
Longanizas en salsa lionesa
carne de cerdo al horno con cebolla
Fruta

CENA: Sopa juliana y pescado blanco en salsa de puerros. Fruta

Lechuga, maíz, pepino
Alubias campesinas
con puerro, zanahoria y calabacín
Tortilla de patata
Fruta

CENA: Ensalada murciana y pollo en salsa de queso. Fruta

INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.



SABÍAS QUE

¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso!

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, plátano, pera y ciruela

CONSEJOS SALVABLES

¡Bienvenidos al nuevo ciclo escolar! Exploraremos y disfrutaremos diferentes alimentos coloridos y aromáticos, que nos aportaran nutrientes para cuidar nuestro cuerpo.

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

Valor nutricional

(Promedio diario de la comida del medio día)

Energía	Grasas	ACS	AGM	ACP
3602kj				
861kcal	40.9g	8.2g	13.1g	15.7g
Hidratos de Carbono	Azúcares	Proteínas	Sal	
86g	22.6g	30.4g	2.7g	

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Lletuga, remolatxa, olives
ecor LLENTILLES ECO a la jardineria
amb hortalisses
Bacallà arrebossat
Fruita

 **SOPAR:** Carabasseta en ceba i truita de pernil. Fruita

Lletuga, tomaca, dacs
Crema de bròquil
Hamburguesa d'au amb samfaina
al forn amb tomaca i hortalisses
Fruita

 **SOPAR:** Amanida pipirana i peix blanc a la llima. Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Arròs amb verdures
Truita de creïlla i carabasseta
Fruita

 **SOPAR:** Bajoca amb tomaca i magre estofat. Fruita

Lletuga, dacs, olives
Sopa castellana amb fideus
d'au i porc
Cuixa de pollastre a l'estil crioll
al forn
Fruita

 **SOPAR:** Crema de xampinyó i peix blanc al forn. Fruita

Lletuga, safanòria, pepino
ecor Macarrons ECO al pesto d'alfàbega
amb tomaca i formatge
Llom adobat en salsa al toc de pebre negre
al forn amb tomaca triturada, ceba i orenga
Fruita
 **SOPAR:** Bròcoli paradís i faixetes de pollastre. Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Crema de verdures llauradores
amb creïlla, ceba, carabassa i carabasseta
Filet de pollastre arrebossat
Fruita

 **SOPAR:** Tomaca a la provençal i guisat de peix blanc. Fruita

Lletuga, pepino, olives
Coditos tocana
amb tomaca, safanòria, ceba i formatge
Truita de creïlla
Fruita

 **SOPAR:** Amanida caprese i peix blanc amb allada. Fruita

Lletuga, dacs, olives
Cigrons de l'horta
amb carlota, ceba i pimentó
Pizza de pernil dolç i formatge
amb tomaca
Fruita

 **SOPAR:** Sopa d'au i ou cuit amb samfaina. Fruita

Amanida completa amb formatge
Lletuga, tomaca, safanòria, dacs, ou dur i olives
Arròs del senyoret
amb peix i marisc
Gelat

 **SOPAR:** Vichysoise i vedella en ceba. Fruita

Lletuga, llombarda, dacs
Guisat d'alubies blanques amb verdures
Llom saxònia a l'all
al forn
Fruita

 **SOPAR:** Xampinyó amb allada i llom rostit. Fruita

Lletuga, safanòria, olives
Llenties juliana
amb tomaca triturada, creïlla, safanòria i ceba
Lluç farcit de pernil dolç i formatge
Fruita

 **SOPAR:** Crema mediterrània i truita d'espínacs. Fruita

Lletuga, dacs, pepino
ecor MACARRONS ECO a la provença
amb tomaca, hortalisses i formatge
Truita de creïlla i ceba
Fruita

 **SOPAR:** Creïlles gratinades i peix blanc a l'andalusa. Fruita

Natxos amb hummus
Crema de carabasseta amb crostons
Mandonguilles a la santanderina
carn de porc al forn en salsa amb julivert, timó i pebre roig
Fruita

 **SOPAR:** Carabassa rostida i titot a les fines herbes. Fruita

Amanida mediterrània amb formatge
Lletuga, tomaca, safanòria, dacs, olives, ou
Paella alacantina
amb pollastre i magre de porc
Gelat

 **SOPAR:** Wok de verdures i peix blau a la sal. Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Potatge de cigrons
amb creïlla, carlota, espinac i carabasseta
Cuixa de pollastre a les herbes provençals
al forn
Fruita

 **SOPAR:** Pèsols ofegats amb pernil i sépia al pebre roig. Fruita

Lletuga, remolatxa, olives
Crema de carabassa
Llonganisses en salsa lionesa
carn de porc al forn amb ceba
Fruita

 **SOPAR:** Sopa juliana i peix blanc en salsa de porros. Fruita

Lletuga, dacs, pepino
Fesols llauradors
amb porro, carlota i carabasseta
Truita de creïlla
Fruita

 **SOPAR:** Amanida murciana i pollastre amb salsa de formatge. Fruita

INFORMACIÓ PER A AL·LÈRGICS
/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'òmega 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
3602kj				
861kcal	40.9g	8.2g	13.1g	15.7g
Hidrats de Carboni	Sucres	Proteïnes	Sal	
86g	22.6g	30.4g	2.7g	



SABÍAS QUE

¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso!

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera y ciruela

CONSEJOS SALVABLES

¡Bienvenidos al nuevo ciclo escolar!
Exploraremos y disfrutaremos diferentes alimentos coloridos y aromáticos, que nos aportaran nutrientes para cuidar nuestro cuerpo.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
1 Festivo	2 Festivo	3 Festivo	4 Festivo	5 Festivo
8 Lechuga, remolacha, olivas LENTEJAS ECO a la jardinera con hortalizas Bacalao rebozado Fruta	9 Lechuga, tomate, maíz Crema de brócoli Hamburguesa de ave con pisto al horno con tomate y hortalizas Fruta	10 Lechuga, zanahoria, lombarda Arroz con verduras Tortilla de patata y calabacín Fruta	11 Lechuga, maíz, olivas Sopa de ave con fideos con garbanzos Muslo de pollo al estilo criollo al horno Fruta	12 Lechuga, zanahoria, pepino Macarrones ECO al pesto de albahaca con tomate y queso Lomo de pavo en salsa al toque de pimienta al horno con tomate triturado, cebolla y orégano Fruta
15 Lechuga, zanahoria, lombarda Crema de verduras campesres con patata, cebolla, calabaza y calabacín Solomillo de pollo empanado Fruta	16 Lechuga, pepino, olivas Coditos toscana con tomate, zanahoria, cebolla y queso Tortilla de patata Fruta	17 Lechuga, maíz, olivas Garbanzos de la huerta con zanahoria, cebolla y pimiento Pizza de pavo con tomate y queso Fruta	18 . Ensalada completa con queso lechuga, tomate, zanahoria, maíz, huevo duro y olivas Arroz del senyoret con pescado y marisco Helado	19 Lechuga, lombarda, maíz Guisado de alubias blancas con verduras Lomo de pavo al ajillo al horno Fruta
22 Lechuga, zanahoria, olivas Lentejas juliana con tomate triturado, patata, zanahoria y cebolla Merluza rebozada Fruta	23 Lechuga, maíz, pepino MACARRONES ECO a la provenza con tomate, hortalizas y queso Tortilla de patata y cebolla Fruta	24 Nachos con hummus Crema de calabacín con picatostes Albóndigas de ave a la santanderina al horno en salsa con perezjil, tomillo y pimentón Fruta	25 . Ensalada mediterránea con queso lechuga, tomate, zanahoria, maíz, huevo duro y olivas Paella de verduras con alcachofa, ajo tierno, champiñón y puerro Helado	26 Lechuga, zanahoria, lombarda Potaje de garbanzos con patata, zanahoria, espinaca y calabacín Muslo de pollo a las hierbas provenzales al horno Fruta
29 Lechuga, remolacha, olivas Crema de calabaza Longanizas de ave en salsa lionesa de cebolla al horno Fruta	30 Lechuga, maíz, pepino Alubias campesinas con puerro, zanahoria y calabacín Tortilla de patata Fruta	INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.		

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

1

Festiu

2

Festiu

3

Festiu

4

Festiu

5

Festiu

08

Lletuga, remolatxa, olives
LLENTILLES ECO a la jardineria
amb hortalisses
Bacallà arrebossat
Fruita

09

Lletuga, tomaca, dacs
Crema de bròquil
Hamburguesa d'au amb samfaina
al forn amb tomaca i hortalisses
Fruita

10

Lletuga, safanòria, llombarda
Arròs amb verdures
Truita de creïlla i carabasseta
Fruita

11

Lletuga, dacs, olives
Sopa d'au amb fideus
amb cigrons
Cuixa de pollastre a l'estil crioll
al forn
Fruita

12

Lletuga, safanòria, pepino
Macarrons ECO al pesto d'alfàbega
amb tomaca i formatge
Llom de titot en salsa al toc de pebre negre
al forn amb tomaca triturada, ceba i orenga
Fruita

15

Lletuga, safanòria, llombarda
Crema de verdures llauradores
amb creïlla, ceba, carabassa i carabasseta
Filet de pollastre arrebossat
Fruita

16

Lletuga, pepino, olives
Coditos tocana
amb tomaca, safanòria, ceba i formatge
Truita de creïlla
Fruita

17

Lletuga, dacs, olives
Cigrons de l'horta
amb carlota, ceba i pimentó
Pizza de titot
con tomate y queso
Fruita

18

Amanida completa amb formatge
lletuga, tomaca, safanòria, dacs, ou dur i olives
Arròs del senyoret
amb peix i marisc
Gelat

19

Lletuga, llombarda, dacs
Guisat d'alubies blanques amb verdures
Llom de titot a l'all
al forn
Fruita

22

Lletuga, safanòria, olives
Llenties juliana
amb tomaca triturada, creïlla, safanòria i ceba
Lluç arrebossat
Fruita

23

Lletuga, dacs, pepino
MACARRONS ECO a la provença
amb tomaca, hortalisses i formatge
Truita de creïlla i ceba
Fruita

24

Natxos amb hummus
Crema de carabasseta amb crostons
Mandonguilles d'au a la santanderina
al forn en salsa amb julivert, timó i pebre roig
Fruita

25

Amanida mediterrània amb formatge
lletuga, tomaca, safanòria, dacs, olives, ou
Paella de verdures
amb carxofa, all tendre, xampinyó i porro
Gelat

26

Lletuga, safanòria, llombarda
Potatge de cigrons
amb creïlla, carlota, espinac i carabasseta
Cuixa de pollastre a les herbes provençals
al forn
Fruita

29

Lletuga, remolatxa, olives
Crema de carabassa
Llonganisses d'au en salsa lionesa
de ceba al forn
Fruita

30

Lletuga, dacs, pepino
Fesols llauradors
amb porro, carlota i carabasseta
Truita de creïlla
Fruita

INFORMACIÓ PER A AL·LÈRGICS
/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

CONSELLS 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.



SABÍAS QUE

¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso!

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera y ciruela

CONSEJOS SALVABLES

¡Bienvenidos al nuevo ciclo escolar!
Exploraremos y disfrutaremos diferentes alimentos coloridos y aromáticos, que nos aportaran nutrientes para cuidar nuestro cuerpo.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
Lechuga, remolacha, olivas Lentejas a la jardinera con hortalizas Filete de abadejo al horno Fruta	Lechuga, tomate, maíz Crema de brócoli Hamburguesa de ave con samfaina al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, lombarda Arroz con verduras Tortilla de patata y calabacín Fruta	Lechuga, maíz, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo al estilo criollo al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, pepino Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Lomo en salsa al toque de pimienta al horno Fruta
Lechuga, zanahoria, lombarda Crema de verduras campesres Pollo al limón Fruta	Lechuga, pepino, olivas Macarrones "sin gluten" toscana con tomate y hortalizas Tortilla de patata Fruta	Lechuga, maíz, olivas Garbanzos con verduras Pizza de jamón serrano con tomate Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Arroz del senyoret con pescado y marisco Huevo duro con jamón serrano Postre de soja	Lechuga, lombarda, maíz Guisado de alubias con verduras Lomo al ajillo Fruta
Lechuga, zanahoria, olivas Lentejas juliana con verduras Filete de merluza al horno Fruta	Lechuga, maíz, pepino Macarrones "sin gluten" a la provenza con tomate Tortilla de patata y cebolla Fruta	Hummus de garbanzos Crema de calabacín Albóndigas de ave a la santanderina al horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Paella alicantina con magro de cerdo y pollo Huevo duro con jamón serrano Postre de soja	Lechuga, zanahoria, lombarda Potaje de garbanzos con patata, zanahoria, espinaca y calabacín Pollo a las hierbas provenzales al horno Fruta
Lechuga, remolacha, olivas Crema de zanahoria Longanizas de ave en salsa lionesa al horno con cebolla Fruta	Lechuga, maíz, pepino Alubias campesinas con hortalizas Tortilla de patata Fruta	INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.		

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

1

2

3

4

5

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Lletuga, remolatxa, olives
Lentilles jardinera
amb hortalisses
Filet d'abadejo al forn
Fruita

08

Lletuga, tomaca, dacsà
Crema de bròquil
Hamburguesa d'au am samfaina
al forn
Fruita

09

Lletuga, safanòria, llombarda
Arròs amb verdures
Truita de creïlla i carabasseta
Fruita

10

Lletuga, dacsà, olives
Sopa d'au amb fideus "sense gluten"
Cuixa de pollastre a l'estil crioll
al forn
Fruita

11

Lletuga, safanòria, pepino
Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfàbega
amb tomaca
Llom en salsa al toc de pebre negre
al horno
Fruita

12

Lletuga, safanòria, llombarda
Crema de verdures llauradores
Pollastre a la llima
Fruita

15

Lletuga, pepino, olives
Macarrons "sense gluten" toscana
amb tomaca i hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

16

Lletuga, dacsà, olives
Cigrons amb verdures
Pizza de pernil
amb tomaca
Fruita

17

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà, olives
Arròs del senyoret
amb peix i marisc
Ou dur amb pernil
Postre de soja

18

Lletuga, llombarda, dacsà
Guisat de fesols amb verdures
Llom a l'all
Fruita

19

Lletuga, safanòria, olives
Lentejas juliana
amb verdures
Filet de lluç al forn
Fruita

22

Lletuga, dacsà, pepino
Macarrons "sense gluten" a la provença
amb tomaca
Truita de creïlla i ceba
Fruita

23

Hummus de cigrons
Crema de carabasseta
Mandonguilles d'au a la santanderina
al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

24

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà, olives
Paella alacantina
amb magre i pollastre
Ou dur amb pernil
Postre de soja

25

Lletuga, safanòria, llombarda
Potatge de cigrons
amb creïlla, carlota, espinac i carabasseta
Pollastre a les herbes provençals
al forn
Fruita

26

Lletuga, remolatxa, olives
Crema de safanòria
Longanizas de ave en salsa lionesa
al forn amb ceba
Fruita

29

Lletuga, dacsà, pepino
Fesols llauradors
amb hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

30

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·liciti 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

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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
Lechuga, remolacha, olivas Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla Filete de abadejo al horno Fruta	Lechuga, tomate, maíz Crema de brócoli Hamburguesa de ave con samfaina al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, lombarda Arroz con verduras Tortilla de patata y calabacín Fruta	Lechuga, maíz, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo al estilo criollo al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, pepino Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Lomo en salsa al toque de pimienta al horno Fruta
Lechuga, zanahoria, lombarda Crema de verduras campesres Pollo al limón Fruta	Lechuga, pepino, olivas Macarrones "sin gluten" toscana con tomate y hortalizas Tortilla de patata Fruta	Lechuga, maíz, olivas Garbanzos con verduras Pizza de jamón serrano con tomate Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Arroz del senyoret con pescado y marisco Huevo duro con jamón serrano Yogur	Lechuga, lombarda, maíz Guisado de alubias con verduras Lomo al ajillo Fruta
Lechuga, zanahoria, olivas Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla Filete de merluza al horno Fruta	Lechuga, maíz, pepino Macarrones "sin gluten" a la provenza con tomate Tortilla de patata y cebolla Fruta	Hummus de garbanzos Crema de calabacín Albóndigas de ave a la santanderina al horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Paella alicantina con magro de cerdo y pollo Huevo duro con queso Yogur	Lechuga, zanahoria, lombarda Potaje de garbanzos con patata, zanahoria, espinaca y calabacín Pollo a las hierbas provenzales al horno Fruta
Lechuga, remolacha, olivas Crema de zanahoria Longanizas de ave en salsa lionesa al horno con cebolla Fruta	Lechuga, maíz, pepino Alubias campesinas con hortalizas Tortilla de patata Fruta	INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.		



SABÍAS QUE

¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso!

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera y ciruela

CONSEJOS SALVABLES

¡Bienvenidos al nuevo ciclo escolar!
Exploraremos y disfrutaremos diferentes alimentos coloridos y aromáticos, que nos aportaran nutrientes para cuidar nuestro cuerpo.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

1

2

3

4

5

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Lletuga, remolatxa, olives
Bollit valencià
amb creïlla, safanòria i ceba
Filet d'abadejo al forn
Fruita

08

Lletuga, tomaca, dacs
Crema de bròquil
Hamburguesa d'au am samfaina
al forn
Fruita

09

Lletuga, safanòria, llombarda
Arròs amb verdures
Truita de creïlla i carabasseta
Fruita

10

Lletuga, dacs, olives
Sopa d'au amb fideus "sense gluten"
Cuixa de pollastre a l'estil crioll
al forn
Fruita

11

Lletuga, safanòria, pepino
Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfàbega
amb tomaca
Llom en salsa al toc de pebre negre
al horno
Fruita

12

Lletuga, safanòria, llombarda
Crema de verdures llauradores
Pollastre a la llima
Fruita

15

Lletuga, pepino, olives
Macarrons "sense gluten" toscana
amb tomaca i hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

16

Lletuga, dacs, olives
Cigrons amb verdures
Pizza de pernil
amb tomaca
Fruita

17

Lletuga, tomaca, safanòria, dacs, olives
Arròs del senyoret
amb peix i marisc
Ou dur amb pernil
logurt

18

Lletuga, llombarda, dacs
Guisat de fesols amb verdures
Llom a l'all
Fruita

19

Lletuga, safanòria, olives
Bollit valencià
amb creïlla, safanòria i ceba
Filet de lluç al forn
Fruita

22

Lletuga, dacs, pepino
Macarrons "sense gluten" a la provença
amb tomaca
Truita de creïlla i ceba
Fruita

23

Hummus de cigrons
Crema de carabasseta
Mandonguilles d'au a la santanderina
al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

24

Lletuga, tomaca, safanòria, dacs, olives
Paella alacantina
amb magre i pollastre
Ou dur amb formatge
logurt

25

Lletuga, safanòria, llombarda
Potatge de cigrons
amb creïlla, carlota, espinac i carabasseta
Pollastre a les herbes provençals
al forn
Fruita

26

Lletuga, remolatxa, olives
Crema de safanòria
Longanizas de ave en salsa lionesa
al forn amb ceba
Fruita

29

Lletuga, dacs, pepino
Fesols llauradors
amb hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

30

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

CONSELLS SALVABLES

¡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.



SABÍAS QUE

¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso!

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera y ciruela

CONSEJOS SALVABLES

¡Bienvenidos al nuevo ciclo escolar!
Exploraremos y disfrutaremos diferentes alimentos coloridos y aromáticos, que nos aportaran nutrientes para cuidar nuestro cuerpo.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
Lechuga, remolacha, olivas Lentejas a la jardinera con hortalizas Filete de abadejo al horno Fruta	Lechuga, tomate, maíz Crema de brócoli Hamburguesa de ave con samfaina al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, lombarda Arroz con verduras Tortilla de patata y calabacín Fruta	Lechuga, maíz, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo al estilo criollo al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, pepino Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Lomo en salsa al toque de pimienta al horno Fruta
Lechuga, zanahoria, lombarda Crema de verduras campesres Pollo al limón Fruta	Lechuga, pepino, olivas Macarrones "sin gluten" toscana con tomate y hortalizas Tortilla de patata Fruta	Lechuga, maíz, olivas Garbanzos con verduras Pizza de jamón serrano con tomate Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Arroz del senyoret con pescado y marisco Huevo duro con jamón serrano Yogur	Lechuga, lombarda, maíz Guisado de alubias con verduras Lomo al ajillo Fruta
Lechuga, zanahoria, olivas Lentejas juliana con verduras Filete de merluza al horno Fruta	Lechuga, maíz, pepino Macarrones "sin gluten" a la provenza con tomate Tortilla de patata y cebolla Fruta	Hummus de garbanzos Crema de calabacín Albóndigas de ave a la santanderina al horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Paella alicantina con magro de cerdo y pollo Huevo duro con queso Yogur	Lechuga, zanahoria, lombarda Potaje de garbanzos con patata, zanahoria, espinaca y calabacín Pollo a las hierbas provenzales al horno Fruta
Lechuga, remolacha, olivas Crema de zanahoria Longanizas de ave en salsa lionesa al horno con cebolla Fruta	Lechuga, maíz, pepino Alubias campesinas con hortalizas Tortilla de patata Fruta	INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.		

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Lletuga, remolatxa, olives
Lentilles jardinera
amb hortalisses
Filet d'abadejo al forn
Fruita

Lletuga, tomaca, dacsà
Crema de bròquil
Hamburguesa d'au am samfaina
al forn
Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Arròs amb verdures
Truita de creïlla i carabasseta
Fruita

Lletuga, dacsà, olives
Sopa d'au amb fideus "sense gluten"
Cuixa de pollastre a l'estil crioll
al forn
Fruita

Lletuga, safanòria, pepino
Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfàbega
amb tomaca
Llom en salsa al toc de pebre negre
al horno
Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Crema de verdures llauradores
Pollastre a la llima
Fruita

Lletuga, pepino, olives
Macarrons "sense gluten"
toscana
amb tomaca i hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

Lletuga, dacsà, olives
Cigrons amb verdures
Pizza de pernil
amb tomaca
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà, olives
Arròs del senyoret
amb peix i marisc
Ou dur amb pernil
logurt

Lletuga, llombarda, dacsà
Guisat de fesols amb verdures
Llom a l'all
Fruita

Lletuga, safanòria, olives
Lentejas juliana
amb verdures
Filet de lluç al forn
Fruita

Lletuga, dacsà, pepino
Macarrons "sense gluten" a la provença
amb tomaca
Truita de creïlla i ceba
Fruita

Hummus de cigrons
Crema de carabasseta
Mandonguilles d'au a la santanderina
al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà, olives
Paella alacantina
amb magre i pollastre
Ou dur amb formatge
logurt

Lletuga, safanòria, llombarda
Potatge de cigrons
amb creïlla, carlota, espinac i carabasseta
Pollastre a les herbes provençals
al forn
Fruita

Lletuga, remolatxa, olives
Crema de safanòria
Longanizas de ave en salsa lionesa
al forn amb ceba
Fruita

Lletuga, dacsà, pepino
Fesols llauradors
amb hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

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·liciti 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

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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
Lechuga, remolacha, olivas Lentejas a la jardinera con hortalizas Filete de abadejo al horno Fruta	Lechuga, tomate, maíz Crema de brócoli Hamburguesa de ave con samfaina al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, lombarda Arroz con verduras Tortilla de patata y calabacín Fruta	Lechuga, maíz, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo al estilo criollo al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, pepino Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Lomo en salsa al toque de pimienta al horno Fruta
Lechuga, zanahoria, lombarda Crema de verduras campesres Pollo al limón Fruta	Lechuga, pepino, olivas Macarrones "sin gluten" toscana con tomate y hortalizas Tortilla de patata Fruta	Lechuga, maíz, olivas Garbanzos con verduras Pizza de jamón serrano con tomate Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Arroz del senyoret con pescado y marisco Huevo duro con jamón serrano Yogur	Lechuga, lombarda, maíz Guisado de alubias con verduras Lomo al ajillo Fruta
Lechuga, zanahoria, olivas Lentejas juliana con verduras Filete de merluza al horno Fruta	Lechuga, maíz, pepino Macarrones "sin gluten" a la provenza con tomate Tortilla de patata y cebolla Fruta	Hummus de garbanzos Crema de calabacín Albóndigas de ave a la santanderina al horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Paella alicantina con magro de cerdo y pollo Huevo duro con queso Yogur	Lechuga, zanahoria, lombarda Potaje de garbanzos con patata, zanahoria, espinaca y calabacín Pollo a las hierbas provenzales al horno Fruta
Lechuga, remolacha, olivas Crema de zanahoria Longanizas de ave en salsa lionesa al horno con cebolla Fruta	Lechuga, maíz, pepino Alubias campesinas con hortalizas Tortilla de patata Fruta	INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.		



SABÍAS QUE

¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso!

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera y ciruela

CONSEJOS SALVABLES

¡Bienvenidos al nuevo ciclo escolar!
Exploraremos y disfrutaremos diferentes alimentos coloridos y aromáticos, que nos aportaran nutrientes para cuidar nuestro cuerpo.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Lletuga, remolatxa, olives
Lentilles jardinera
amb hortalisses
Filet d'abadejo al forn
Fruita

Lletuga, tomaca, dacsà
Crema de bròquil
Hamburguesa d'au am samfaina
al forn
Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Arròs amb verdures
Truita de creïlla i carabasseta
Fruita

Lletuga, dacsà, olives
Sopa d'au amb fideus "sense gluten"
Cuixa de pollastre a l'estil crioll
al forn
Fruita

Lletuga, safanòria, pepino
Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfàbega
amb tomaca
Llom en salsa al toc de pebre negre
al horno
Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Crema de verdures llauradores
Pollastre a la llima
Fruita

Lletuga, pepino, olives
Macarrons "sense gluten" toscana
amb tomaca i hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

Lletuga, dacsà, olives
Cigrons amb verdures
Pizza de pernil
amb tomaca
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà, olives
Arròs del senyoret
amb peix i marisc
Ou dur amb pernil
logurt

Lletuga, llombarda, dacsà
Guisat de fesols amb verdures
Llom a l'all
Fruita

Lletuga, safanòria, olives
Lentejas juliana
amb verdures
Filet de lluç al forn
Fruita

Lletuga, dacsà, pepino
Macarrons "sense gluten" a la provença
amb tomaca
Truita de creïlla i ceba
Fruita

Hummus de cigrons
Crema de carabasseta
Mandonguilles d'au a la santanderina
al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà, olives
Paella alacantina
amb magre i pollastre
Ou dur amb formatge
logurt

Lletuga, safanòria, llombarda
Potatge de cigrons
amb creïlla, carlota, espinac i carabasseta
Pollastre a les herbes provençals
al forn
Fruita

Lletuga, remolatxa, olives
Crema de safanòria
Longanizas de ave en salsa lionesa
al forn amb ceba
Fruita

Lletuga, dacsà, pepino
Fesols llauradors
amb hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

INFORMACIÓ PER A AL·LÈRGICS
/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·liciti 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

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



SABÍAS QUE

¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso!

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera y ciruela

CONSEJOS SALVABLES

¡Bienvenidos al nuevo ciclo escolar!
Exploraremos y disfrutaremos diferentes alimentos coloridos y aromáticos, que nos aportaran nutrientes para cuidar nuestro cuerpo.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
Lechuga, remolacha, olivas Lentejas a la jardinera con hortalizas Filete de abadejo al horno Fruta	Lechuga, tomate, maíz Crema de brócoli Hamburguesa de ave con samfaina al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, lombarda Arroz con verduras Pavo en su jugo Fruta	Lechuga, maíz, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo al estilo criollo al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, pepino Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Pavo en su jugo Fruta
Lechuga, zanahoria, lombarda Crema de verduras campesres Pollo al limón Fruta	Lechuga, pepino, olivas Macarrones "sin gluten" toscana con tomate y hortalizas Cazuela de magro con ajetes al horno Fruta	Lechuga, maíz, olivas Garbanzos con verduras Pizza vegetal con tomate Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Arroz del senyoret con pescado y marisco Verduras asadas Yogur	Lechuga, lombarda, maíz Guisado de alubias con verduras Pollo al ajillo Fruta
Lechuga, zanahoria, olivas Lentejas juliana con verduras Filete de merluza al horno Fruta	Lechuga, maíz, pepino Macarrones "sin gluten" a la provenza con tomate Panaché de verduras casero Fruta	Hummus de garbanzos Crema de calabacín Albóndigas de ave a la santanderina al horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Paella de verduras Brócoli al vapor Yogur	Lechuga, zanahoria, lombarda Potaje de garbanzos con patata, zanahoria, espinaca y calabacín Pollo a las hierbas provenzales al horno Fruta
Lechuga, remolacha, olivas Crema de zanahoria Longanizas de ave en salsa lionesa al horno con cebolla Fruta	Lechuga, maíz, pepino Alubias campesinas con hortalizas Pollo en su jugo Fruta	INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.		

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Festiu

Lletuga, remolatxa, olives
Lentilles jardinera
 amb hortalisses
Filet d'abadejo al forn
 Fruita

Lletuga, tomaca, dacsà
Crema de bròquil
Hamburguesa d'au am samfaina
 al forn
 Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Arròs amb verdures
Pavo en su jugo
 Fruita

Lletuga, dacsà, olives
Sopa d'au amb fideus "sense gluten"
Cuixa de pollastre a l'estil crioll
 al forn
 Fruita

Lletuga, safanòria, pepino
Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfàbega
 amb tomaca
Pavo en su jugo
 Fruita

Lletuga, safanòria, llombarda
Crema de verdures llauradores
Pollastre a la llima
 Fruita

Lletuga, pepino, olives
Macarrons "sense gluten" toscana
 amb tomaca i hortalisses
Cassola de magre amb alls tendres
 al forn
 Fruita

Lletuga, dacsà, olives
Cigrons amb verdures
Pizza vegetal
 amb tomaca
 Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà, olives
Arròs del senyoret
 amb peix i marisc
Verdures torrades
 logurt

Lletuga, llombarda, dacsà
Guisat de fesols amb verdures
Pollastre a l'all
 Fruita

Lletuga, safanòria, olives
Lentejas juliana
 amb verdures
Filet de lluç al forn
 Fruita

Lletuga, dacsà, pepino
Macarrons "sense gluten" a la provença
 amb tomaca
Panatxé de verdures casolà
 Fruita

Hummus de cigrons
Crema de carabasseta
Mandonguilles d'au a la santanderina
 al forn amb salsa d'hortalisses
 Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà, olives
Paella de verdures
Bròquil al vapor
 logurt

Lletuga, safanòria, llombarda
Potatge de cigrons
 amb creïlla, carlota, espinac i carabasseta
Pollastre a les herbes provençals
 al forn
 Fruita

Lletuga, remolatxa, olives
Crema de safanòria
Longanizas de ave en salsa lionesa
 al forn amb ceba
 Fruita

Lletuga, dacsà, pepino
Fesols llauradors
 amb hortalisses
Pollastre en el seu suc
 Fruita

INFORMACIÓ PER A AL·LÈRGICS
 /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·liciti 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

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

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

Lechuga, remolacha, olivas

8

Lentejas a la jardinera

Tomate a la provenzal

con especias

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, maíz

9

Crema de brócoli

**Pisto mallorquín con
guarnición de arroz**

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, lombarda

10

Arroz con verduras

Calabacín salteado

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

11

**Sopa juliana con fideos "sin
gluten"**

Panaché de verduras casero

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, pepino

12

**Macarrones "sin gluten" al
pesto de albahaca**

Judías verdes salteadas

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, lombarda

15

**Crema de verduras
campestres**

patata, puerro, zanahoria y calabacín

**Asadillo de pimientos con
guarnición de arroz**

Fruta de temporada

Lechuga, olivas, pepino

16

**Macarrones "sin gluten" a la
provenza**

Guisantes rehogados

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

17

Garbanzos de la huerta

con cebolla, zanahoria y pimiento

Pizza vegetal

con tomate

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas

18

Arroz con coliflor y ajetes

Verduras asadas

Postre de soja

Lechuga, lombarda, maíz

19

**Guisado de alubias blancas
con verduras**

Champiñones al ajillo

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, olivas

22

Lentejas juliana

con tomate triturado, patata, zanahoria y
cebolla

Patatas panadera

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, pepino

23

**Macarrones "sin gluten" a la
provenza**

con tomate y hortalizas

Panaché de verduras casero

Fruta de temporada

Hummus de garbanzos

24

Crema de calabacín

**Berenjena asada con
guarnición de arroz**

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas

25

Paella de verduras

Brócoli al vapor

Postre de soja

Lechuga, zanahoria, lombarda

26

Potaje de garbanzos

con verduras

Alcachofas al limón

Fruta de temporada

Lechuga, remolacha, olivas

29

Crema de zanahoria

**Menestra de verduras con
guarnición de arroz**

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, pepino

30

Alubias campesinas

con puerro, zanahoria y calabacín

Tumbet mallorquín

Fruta de temporada



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALVABLES

menú

ALÉRGICAS/INTOLERANCIA PESCADO
AZUL-MARISCO-QUESO-TOMATE-
JUDÍAS VERDES-PIMIENTA-
CHOCOLATE

SEPTIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidant.

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

Lechuga, remolacha, olivas

8

Lentejas a la jardinera

SIN TOMATE

Pavo en su jugo

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, maíz

9

Crema de brócoli

Pechuga de pollo en su jugo

al horno

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, lombarda

10

Arroz hervido

Tortilla de patata y calabacín

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

11

Sopa de ave con fideos "sin gluten"

Muslo de pollo asado

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, pepino

12

Macarrones "sin gluten" hervidos

Lomo asado

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, lombarda

15

Crema de verduras campesres

patata, puerro, zanahoria y calabacín

Pollo al limón

Fruta de temporada

Lechuga, olivas, pepino

16

Macarrones "sin gluten" hervidos

Tortilla de patata

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

17

Garbanzos de la huerta

SIN TOMATE

Pollo en su jugo

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas

18

Arroz blanco al horno

Huevo duro con jamón serrano

Yogur

Lechuga, lombarda, maíz

19

Guisado de alubias blancas con verduras

SIN TOMATE

Lomo al ajillo

al horno
Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, olivas

22

Lentejas juliana

SIN TOMATE

Pavo al limón

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, pepino

23

Macarrones "sin gluten" hervidos

Tortilla de patata y cebolla

Fruta de temporada

Hummus de garbanzos

24

Crema de calabacín

Pollo en su jugo

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas

25

Arroz hervido

Huevo duro con jamón serrano

Yogur

Lechuga, zanahoria, lombarda

26

Potaje de garbanzos

SIN TOMATE

Muslo de pollo a las hierbas provenzales

al horno
Fruta de temporada

Lechuga, remolacha, olivas

29

Crema de zanahoria

Longanizas de ave en salsa lionesa

al horno con salsa de cebolla

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, pepino

30

Alubias campesinas

SIN TOMATE

Tortilla de patata

Fruta de temporada



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALVABLES

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

Lechuga, remolacha, olivas

8

Lentejas a la jardinera

SIN CALABACÍN

Filete de abadejo al horno

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, maíz

9

Crema de brócoli

Pechuga de pollo en su jugo

al horno

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, lombarda

10

Arroz hervido

Tortilla francesa

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

11

Sopa de ave con fideos "sin gluten"

Muslo de pollo al estilo criollo

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, pepino

12

Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca

Lomo en salsa al toque de pimienta

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, lombarda

15

Crema de patata

Filete de abadejo al horno

Fruta de temporada

Lechuga, olivas, pepino

16

Macarrones "sin gluten" hervidos

Tortilla de patata

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas

17

Garbanzos de la huerta

SIN CALABACÍN

Pizza de jamón serrano

con tomate

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas

18

Arroz del senyoret

con pescado y marisco

Huevo duro con jamón serrano

Yogur

Lechuga, lombarda, maíz

19

Guisado de alubias blancas con verduras

SIN CALABACÍN

Lomo al ajillo

al horno

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, olivas

22

Lentejas juliana

SIN CALABACÍN

Filete de merluza al horno

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, pepino

23

Macarrones "sin gluten" a la provenza

con tomate y hortalizas

Tortilla de patata y cebolla

Fruta de temporada

Hummus de garbanzos

24

Crema de patata

Albóndigas de ave a la santanderina

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas

25

Arroz hervido

Huevo duro con queso

Yogur

Lechuga, zanahoria, lombarda

26

Potaje de garbanzos

SIN CALABACÍN

Muslo de pollo a las hierbas provenzales

al horno

Fruta de temporada

Lechuga, remolacha, olivas

29

Crema de zanahoria

Longanizas de ave en salsa lionesa

al horno con salsa de cebolla

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, pepino

30

Alubias campesinas

SIN CALABACÍN

Tortilla de patata

Fruta de temporada



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALVABLES

En aquellos casos que se lleve a cabo una dieta especial por alergia, intolerancia, cualquier otra necesidad médica o bien por motivos culturales o religiosos, y por tanto, no se puedan llevar a cabo las recomendaciones de cenas indicadas en el menú basal, y en cumplimiento del **artículo 40.4 de la ley 17/2011 de 5 de julio**, de seguridad alimentaria y nutrición, a continuación, os proporcionamos propuestas para que, en los casos mencionados, las cenas ofrecidas en casa sean complementarias al menú proporcionado en el comedor.

PRIMEROS PLATOS

Si he comido:



Para cenar:



Si he comido:



Para cenar:



SEGUNDOS PLATOS

POSTRES

