

# MENÚ NOVEMBRE 2022 P1-P2


<p><b>Dilluns 31</b></p> <p>Festiu Lliure elecció</p>	<p><b>Dimarts 01</b></p> <p>Festiu Tots Sants</p>	<p><b>Dimecres 02</b></p> <p>Macarrons amb sofregit de tomàquet (1)</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam laminat i pastanaga ratllada (7)</p> <p>Poma <b>Berenar:</b> Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p><b>Dijous 03</b></p> <p>Crema de verdures</p> <p>Truita de patata amb variat d'enciams laminats (2)</p> <p>logurt (3)</p> <p><b>Berenar:</b> Macedònia</p>	<p><b>Divendres 04</b></p> <p>Arròs caldós amb verdures</p> <p>Lluç al forn amb tomàquet amanit (5)</p> <p>Pera <b>Berenar:</b> logurt (3)</p>
<p><b>Dilluns 07</b></p> <p>Ensaladilla russa</p> <p>Estofat de lleties</p> <p>Mandarines</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de gall dindi(1)(7)</p>	<p><b>Dimarts 08</b></p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Lluç arrebossat amb enciam laminat(1)(5)</p> <p>Poma <b>Berenar:</b> Entrepà de pernil cuit(1)(8)</p>	<p><b>Dimecres 09</b></p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Tall rodó de porc al forn amb salsa de verdures i xampinyons (8)</p> <p>Pera <b>Berenar:</b> Pa amb plàtan (1)</p>	<p><b>Dijous 10</b></p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet</p> <p>Remenat d'ou i patata amb pastanaga ratllada (2)</p> <p>logurt (3) <b>Berenar:</b> Macedònia</p>	<p><b>Divendres 11</b></p> <p>Crema de carabassa i moniato</p> <p>Pollastre al forn amb enciam laminat</p> <p>Poma <b>Berenar:</b> logurt (3)</p>
<p><b>Dilluns 14</b></p> <p>Arròs amb saltat d'alls i xampinyons</p> <p>Truita de patates amb tomàquet amanit (2)</p> <p>Pera <b>Berenar:</b> Entrepà de pernil cuit(1)(8)</p>	<p><b>Dimarts 15</b></p> <p>Cuscús amb sofregit de tomàquet</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga (7)</p> <p>Poma <b>Berenar:</b> Entrepà de formatge(1)(3)</p>	<p><b>Dimecres 16</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de formatges (1)(3)</p> <p>Estofat de cigrons</p> <p>Mandarines <b>Berenar:</b> Pa amb plàtan (1)</p>	<p><b>Dijous 17</b></p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Botifarra al forn amb mongetes seques saltejades</p> <p>logurt (3) <b>Berenar:</b> Macedònia</p>	<p><b>Divendres 18</b></p> <p>Crema de porros</p> <p>Peix fresc de la costa amb tomàquet amanit i remolatxa ratllada (1)(5)</p> <p>Plàtan <b>Berenar:</b> logurt (3)</p>
<p><b>Dilluns 21</b></p> <p>Espaguetis amb bolonyesa de proteïna vegetal (1)(11)</p> <p>Anelles de calamar a l'andalusa amb tomàquet amanit (1)(6)</p> <p>Mandarines <b>Berenar:</b> Entrepà de formatge(1)(3)</p>	<p><b>Dimarts 22</b></p> <p>Crema de verdures</p> <p>Remenat d'ou i patata amb pastanaga i olives (2)</p> <p>Plàtan <b>Berenar:</b> Entrepà de pernil cuit(1)(8)</p>	<p><b>Dimecres 23</b></p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb salsa de taronja (7)</p> <p>Poma <b>Berenar:</b> Pa amb plàtan (1)</p>	<p><b>Dijous 24</b></p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Lluç a la planxa amb enciam laminat i pastanaga ratllada</p> <p>logurt (3) <b>Berenar:</b> Macedònia</p>	<p><b>Divendres 25</b></p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Estofat de lleties amb arròs</p> <p>Pera <b>Berenar:</b> logurt (3)</p>
<p><b>Dilluns 28</b></p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Truita de patates amb enciam i pastanaga (2)</p> <p>Pera <b>Berenar:</b> Entrepà de pernil cuit(1)(8)</p>	<p><b>Dimarts 29</b></p> <p>Arròs tres delícies</p> <p>Estofat de cigrons</p> <p>Mandarines <b>Berenar:</b> Entrepà de formatge(1)(3)</p>	<p><b>Dimecres 30</b></p> <p>Brou d'au amb pasta (1)(7)</p> <p>Lluç al forn amb tomàquet amanit i remolatxa ratllada (5)</p> <p>Poma <b>Berenar:</b> Pa amb plàtan (1)</p>		

PA: ELABORAT DE MANERA ARTESANAL I, UN COP A LA SETMANA, S'OFERIRÀ EL PA INTEGRAL  
L'ARRÒS I LA PASTA SÓN PRODUCTES INTEGRALS, DE PROXIMITAT I DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA. LA FRUITA I LA VERDURA SÓN PRODUCTES DE PROXIMITAT  
ELS IOGURTS SÓN DE LA FAGEDA SENSE SUCRE  
[.Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar](#)




## ADAPTACIONS DELS MENÚS

- Pa sense gluten
- Pasta sense gluten
- Arrebossats sense glúten

Sense gluten 


- Trita substituïda per carn, pollastre o peix segons el menú

Sense ou 


- logurt substituït per fruita
- Salses sense llet

Sense llet 

- Plat sense fruits secs

Sense fruits secs 


- Peix substituït per carn, pollastre o ou segons el menú

Sense peix 


- Plat sense marisc

Sense marisc 

- Carn substituïda per ou, peix o proteïna vegetal segons el menú

Sense carn 


- Porc substituït per ou o peix segons el menú

Sense porc 

- Carn, pollastre, peix i ou substituïda per proteïna vegetal
- Sense llet
- Sense ou

Vegans 

- Plat sense sulfits

Sense Sulfits 

- Plat sense soja

Sense soja 

escola  
virolai