

OCTUBRE | AVANTIS I1-I2

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

 	 **** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM EXIGEIXEL REIAL DECRET 315/2025		1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR (12) 2P FRICANDÓ DE VEDELLA GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA	MACARRONS A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2P PIT DE GALL DINDI A LA PLANXA AMB LLIMONA (12) GU PATATES PO FRUITA DE TEMPORADA
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES (12) FUSSILS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, T1, T3, T6, T8, T9, T10, T11)  PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) (12, T9) 2P GALL DINDI AL FORN (farigola i julivert) GU TOMÀQUET AMANIT PO IOGURT (7)	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, 12, T6, T10) 2P TRUITA DE CARBASSÓ, PATATA I CEBÀ (3, 12) I AMANIDA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P RISOTTO DE BOLETS I CARBASSA (7, 9, T3, T9) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS I TOMÀQUET PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, alls i pebrots) (T9) 2P POLLASTRE AL FORN GU TOMÀQUET I OLIVES LAMINADES PO FRUITA DE TEMPORADA
	1P ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET TRUITA FRANCESA (3) 2P AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA RATLLADA GU PO FRUITA DE TEMPORADA	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR (12) 2P DAUS DE LLOM ESTOFATS (1, 9, 12, T9) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) (12, T9) 2P POLLASTRE AL FORN AMB SALSÀ DE LLIMONA (1) GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB OLIVES LAMINADES PO FRUITA DE TEMPORADA	
1P MINESTRA DE VERDURES (T9) 2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB SALSÀ (T6) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA 	1P FUSSILS AMB SALSÀ SUAU DE FORMATGE (1, 3, 7, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, BLAT DE MORO (T9) PO IOGURT (7)	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) (12, T9) 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3, 10) GU TOMÀQUET I OLIVES LAMINADES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) (T1, T9) 2P TRUITA DE PATATES (3, 12) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO FRUITA DE TEMPORADA	PAELLA DE VERDURES (mongeta verda, xampinyons, pastanagues i pèsols) (T9) 2P CAP DE LLOM ROSTIT GU POMA SALTEJADA PO FRUITA DE TEMPORADA
1P ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET REMENAT D'OU AMB VERDURES (3, 6) 2P AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA RATLLADA I BLAT DE MORO (T9) GU PO FRUITA DE TEMPORADA	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, 12, T6, T10) 2P LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4, T2, T14) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET PO FRUITA DE TEMPORADA	1P ARRÒS SALTEJAT 2P GALL DINDI AMB SALSETA PO IOGURT (7) 	1P MONGETA TENDRA I PATATA AL VAPOR 2P CIGRONS GUIATS AMB HORTALISSES (12, T9) PO FRUITA DE TEMPORADA 	1P CREMA DE CARBASSA 2P POLLASTRE AL FORN GU PATATES PO TARONJA AMB CANYELLA (1, 9, 10, 11) 

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

1R

Amanida de tardor amb magrana
Crema de carbassa i castanyes
Arròs amb bolets i porros
Sopa de pistons amb verdures
Purè de patata i pastanaga amb cruixent de parmesà

Truita de carbassa i formatge
Llom arrebossat amb amanida
Llobarro al forn amb patata i ceba
Mandonguilles casolanes amb salsa de tomàquet
Estofat de vedella amb bolets

PO

Poma o pera al forn amb canyella
Iogurt natural amb nous
Macedònia de fruita de temporada
Sopeta de suc de taronja i magrana
Flam d'ou casolà



2N

PRODUCTE DE TEMPORADA



RECOMANACIONS

"La tardor ens ofereix una gran varietat d'aliments de temporada. Aprofitem-ho per introduir noves textures i sabors als sopars dels infants, mantenint sempre un àpat senzill, lleuger i equilibrat. Per exemple, podem preparar una salsa de carbassa per acompanyar la pasta, o afegir bolets saltejats a l'arròs per descobrir els nous gustos de la temporada."