# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (baix en fructosa)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festín<br>2 | 1P ARRÒS SALTEJAT AMB ORENGA<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 7, T3, T6, T10 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P ESPINACS AMB PATATA<br>2P CALAMARS A L'ANDALUSA CASOLANS ( 1, 14 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS AMB FORMATGE RATLLAT ( 1, 7, T6, T10)<br>2P LLUÇ AL FORN ( 4, T2, T14 ) AMB AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P VERDURA AMB PATATA AL VAPOR<br>2P OUS ESTRELLATS ( 3 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE BRÒQUIL<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P VERDURA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) ( 1, 3, 10 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>2P GALL DINDI SALTEJAT<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS AMB PICADA VEGETAL DE XAMPINYONS ( 1, T6, T10)<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE VERDURES<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P VERDURA SALTEJADA<br>2P TRUITA DE PERNIL ( 3 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE<br>2P BACALLÀ AL FORN ( 4 )<br>GU AMANIDA<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ D'AU AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 3, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB HERBES AROMÀTIQUES<br>2P MAIRES ENFARINADES ( 1, 4 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | CUSCÚS SALTEJAT 8 1, T6, T10)<br>1P<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>AMANIDA<br>GU<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE VERDURES<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P VERDIRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB ORENGA ( 1, 6, T10 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU AMANIDA<br>PO IOGURT ( 7 )<br>JORNADA ASIA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL AMB AMANIDA<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AL FORN ( 6, 12, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL · SENSE SUCRE ·

VERDURA Y HORTALIZAS:Acelga, brócoli, alcachofa, champiñones, lechuga, patata, rábano, endivia, espinacas, espárrago, calabacín, col, calabaza, calabacín, coliflor, pepino, puerro
**FRUTA DEL TIEMPO: Naranja, melocotón, albaricoque, melón, sandía, fresa, mora, frambuesa, piña y plátano pequeño.

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (hipocalòric)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festin<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB HERBES AROMÀTIQUES ( 1, T6, T10)<br>2P TRUITA FRANCESA ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P LLUÇ A LA PLANXA ( 4, T2, T14 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P TRUITA FRANCESA ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P CAP DE LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P GALL DINDI A LA PLANXA<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA FARNCESA ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) ( 4 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 3, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P PEIX BLANC AL FORN ( 4, T2, T14 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA FRANCESA ( 3 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>JORNADA ASIA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL AMB PATATA<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AL FORN ( 6, 12, T9 )<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (ovolactovegetarià)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festín<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P CROQUETES D'ESPINACS ( 1, 7, 14, T2, T3, T4, T6 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P TOFU AL FORN ( 1, 6 )<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 7, T3, T6, T10 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P VERDURA DE TEMPORADA<br>2P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P SALSITXES VEGETAL A LA PLANXA ( 1, 6 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 1, 7 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P FINGERS DE MOZZARELLA ( 1, 3, 7, T8 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE SEITAN ( 1, 6 )<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P TOFU A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA FRANCESA ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P HUMMUS CASOLÀ DE LLEGUM AMB DIPS DE VERDURES<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ DE VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANXA ( 1, 6 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P SALSITXES VEGETAL A LA PLANXA ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P TOFU A LA PLANXA AMB SALSA ( 1, 6 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P REMENAT D'OU AMB BOLETS ( 3 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P ROTLLETS PRIMAVERA ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO NATILLES ( 3, 7 )<br>JORNADA ASIA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL ( 1, 7, 12, T3, T5, T8, T11 )<br>2P MANDONGUILLES VEGETALS AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 1, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (ric en fibra)

Pineda

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festín<br>2 | 1P ARRÒS integral AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P CROQUETES DE CARN D'OLLA ( 1, 7, 14, T2, T3, T4, T6 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS integrals AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 7, T3, T6, T10 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P CALAMARS A L'ANDALUSA CASOLANS AMB MAIONESA DE CÍTRICS ( 1, 3, 14 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 1, 7 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) ( 1, 3, 10 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE GALL DINDI<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE VERDURES<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>2P AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>GU<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA DE PERNIL ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS integral A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) ( 4 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 3, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS integral AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P MAIRES ENFARINADES ( 1, 4 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE VERDURES<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS ( 1, 9, 12, T9 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS integrals SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P POLLASTRE AMB SALSA TERIYAKI ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO NATILLES ( 3, 7 )<br>27 |
| 1P BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL ( 1, 7, 12, T3, T5, T8, T11 )<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

JORNADA ASIA

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (sense carn)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festin<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P CROQUETES DE BACALLÀ ( 1, 4, 7, 14, T2, T3, T4, T6 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P TOFU AL FORN ( 1, 6 )<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 7, T3, T6, T10 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P CALAMARS A L'ANDALUSA CASOLANS AMB MAIONESA DE CÍTRICS ( 1, 3, 14 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 1, 7 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P **FINGERS DE MOZZARELLA ( 1, 3, 7, T8 )** AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>GU<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE SEITAN ( 1, 6 )<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P TOFU A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA FRANCESA ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) ( 4 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ DE VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANXA ( 1, 6 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P MAIRES ENFARINADES ( 1, 4 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P TOFU A LA PLANXA AMB SALSA ( 1, 6 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P RAP GUISAT ( 2, 4, 14 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P ROTLLETS PRIMAVERA ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO NATILLES ( 3, 7 ) JORNADA ASIA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL ( 1, 7, 12, T3, T5, T8, T11 )<br>2P MANDONGUILLES VEGETALS AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 1, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108830489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (sense fruits secs)

Pineda

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festin<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P CROQUETES DE CARN D'OLLA ( 1, 7, 14, T2, T3, T4, T6 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 7, T3, T6, T10 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P CALAMARS A L'ANDALUSA CASOLANS AMB MAIONESA DE CÍTRICS ( 1, 3, 14 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 1, 7 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) ( 1, 3, 10 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE GALL DINDI<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL DE XAMPINYOSN ( 1, T6, T10)<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA DE PERNIL ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) ( 4 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 3, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P MAIRES ENFARINADES ( 1, 4 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS ( 1, 9, 12, T9 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P POLLASTRE AMB SALSA TERIYAKI ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO NATILLES ( 3, 7 ) JORNADA ASIA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL ( 1, 7, 12, T3, T5, T8, T11 )<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108830489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (sense gluten)

Pineda

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festin<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P CROQUETES sense gluten ( 3, 7, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS sense gluten AMB SALSA DE FORMATGES ( 7, T3 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P CALAMARS A L'ANDALUSA sense gluten CASOLANS AMB MAIONESA DE CÍTRICS ( 3, 14 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS sense gluten AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (T9 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL sense gluten (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 7 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT (ou i pa ratllat sense gluten) ( 3, 10 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P ARRÒS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( T9 )<br>2P ESTOFAT DE GALL DINDI<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS sense gluten A LA BOLONYESA VEGETAL DE XAMPINYONS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P MONGETES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T9 )<br>2P TRUITA DE PERNIL ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) ( 4 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS sense gluten ( 3, 9, 12 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P MAIRES ENFARINADES sense gluten ( 4 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS sense gluten<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS sense gluten SALTEJATS AMB VERDURETES ( T9 )<br>2P POLLASTRE AMB SALSA sense gluten<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO NATILLES ( 3, 7 )<br>JORNADA ASIA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL AMB PATATA<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12, T9 )<br>GU PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE | | | |

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (sense lactosa)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festin<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO IOGURT sense lactosa<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB HERBES AROMÀTIQUES ( 1, T6, T10)<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P CALAMARS A L'ANDALUSA CASOLANS AMB MAIONESA DE CÍTRICS ( 1, 3, 14 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, formatge sense lactosa i olives) ( 1 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT sense lactosa<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) ( 1, 3, 10 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE GALL DINDI<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA DE PERNIL ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) ( 4 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO IOGURT sense lactosa<br>19 | 1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 3, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P MAIRES ENFARINADES ( 1, 4 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS ( 1, 9, 12, T9 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P POLLASTRE AMB SALSA TERIYAKI ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO POSTRE sense lactosa<br>27 |
| 1P BRÒQUIL AMB PATATA<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

JORNADA ASIA

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108830489

# NOVEMBRE | AVANTIS I3-I4-I5
## (sense PLV)

avantis centre d'educació infantil

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festin<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB HERBES AROMÀTIQUES (1, T6, T10)<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P LLUÇ A L'ANDALUSA ( 4, T2, T14 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P MANDONGUILLES VEGANES AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) ( 1, 3, 10 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE GALL DINDI<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA DE PERNIL ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P LLUÇ A L'ANDALUSA ( 4, T2, T14 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>19 | 1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 3, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P MAIRES ENFARINADES ( 1, 4 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS ( 1, 9, 12, T9 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU AMANIDA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL AMB PATATA<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

PA INTEGRAL

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

| Gluten (1) | Crustacis (2) | Ous (3) | Peix (4) | Cacauet (5) | Soja (6) | Llet (7) | Fruits secs (8) | Api (9) | Mostassa (10) | Sèsam (11) | Sulfits (12) | Tramusos (13) | Mol·luscs (14) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (sense ou)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festin<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB HERBES AROMÀTIQUES ( 1, T6, T10)<br>2P LLUÇ A LA PLANXA ( 4, T2, T14)<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P CALAMARS A L'ANDALUSA CASOLANS ( 1, 14 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P LLOM A LA PLANXA AMB PATATES<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 1, 7 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT sense ou (pa ratllat) ( 1, 10 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE GALL DINDI<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P GALL DINDI A LA PLANXA<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) ( 4 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ DE VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P MAIRES ENFARINADES ( 1, 4 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P LLUÇ AL FORN (4, T2, T14 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS ( 1, 9, 12, T9 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P POLLASTRE AMB SALSA TERIYAKI ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO POSTRE sense ou<br>27 |
| 1P BRÒQUIL AMB PATATA<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

JORNADA ASIA

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

| Gluten (1) | Crustacis (2) | Ous (3) | Peix (4) | Cacauet (5) | Soja (6) | Llet (7) | Fruits secs (8) | Api (9) | Mostassa (10) | Sèsam (11) | Sulfits (12) | Tramusos (13) | Mol·luscs (14) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (sense peix)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festin<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P CROQUETES sense traces de peix ( 3, 7, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 7, T3, T6, T10 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLOM A LA PLANXA AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 1, 7 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) ( 1, 3, 10 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE GALL DINDI<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA DE PERNIL ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P GALL DINDI AL FORN<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>19 | 1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 3, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P LLOM A LA PLANXA<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS ( 1, 9, 12, T9 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P POLLASTRE AMB SALSA TERIYAKI ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO NATILLES ( 3, 7 )<br>JORNADA ASIA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL ( 1, 7, 12, T3, T5, T8, T11 )<br>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (sense porc)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festín<br>**2** | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P CROQUETES DE BACALLÀ ( 1, 4, 7, 14, T2, T3, T4, T6 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>**3** | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P POLLASTRE AL FORN<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**4** | 1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 7, T3, T6, T10 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**5** | 1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>2P CALAMARS A L'ANDALUSA CASOLANS AMB MAIONESA DE CÍTRICS ( 1, 3, 14 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**6** |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) ( 4, T2, T14 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**9** | 1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**10** | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 1, 7 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO IOGURT ( 7 )<br>**11** | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) ( 1, 3, 10 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**12** | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE GALL DINDI<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**13** |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**16** | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**17** | 1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>2P TRUITA FRANCESA ( 3 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**18** | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) ( 4 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO IOGURT ( 7 )<br>**19** | 1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 3, 9, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESADE POLLASTRE A LA PLANXA ( 12 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**20** |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P MAIRES ENFARINADES ( 1, 4 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**23** | 1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P TRUITA DE PATATES ( 3, 12 )<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**24** | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**25** | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P RAP GUISAT ( 2, 4, 14 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**26** | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P POLLASTRE AMB SALSA TERIYAKI ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL<br>PO NATILLES ( 3, 7 )<br>JORNADA ASIA<br>**27** |
| 1P BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL ( 1, 7, 12, T3, T5, T8, T11 )<br>2P MANDONGUILLES VEGETALS AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 1, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>**30** | | | | |

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108830489

# NOVEMBRE | ESCOLA PINEDA
## (vegà)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| Festín<br>2 | 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P HUMMUS CASOLÀ DE LLEGUM AMB HORTALISSES<br>GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA ( T5, T8, T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>3 | 1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES ( 12 )<br>2P TOFU AL FORN ( 1, 6 )<br>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>4 | 1P FUSSILIS AMB HERBES AROMÀTIQUES ( 1, T6, T10)<br>2P TRUITA de farina de cigró DE PATATES ( 12 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>5 | 1P VERDURA DE TEMPORADA<br>2P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS ( 12, T9 )<br>GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>6 |
| 1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P SALSITXES VEGETAL A LA PLANXA ( 1, 6 ) AMB PÈSOLS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>9 | 1P VERDURA DE TEMPORADA AL AVPOR<br>2P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) ( T9 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA<br>10 | 1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) ( 12 )<br>2P PIZZA CASOLANA veganan DE XAMPINYONS (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) ( 1 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>11 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P LLENTIES SALTEJADES AMB VERDURES ( T1)<br>GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>12 | 1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA ( 1, T6, T9, T10 )<br>2P ESTOFAT DE SEITAN ( 1, 6 )<br>GU PÈSOLS SALTEJATS<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>13 |
| 1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR<br>2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) ( 1, T1, T6, T8, T9, T10, T11 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>16 | 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) ( 12, T9 )<br>2P TOFU A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>17 | 1P VERDURA DE TEMPORADA<br>2P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) ( T1, T9 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>18 | 1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS ( T9 )<br>2P HUMMUS CASOLÀ DE LLEGUM AMB DIPS DE VERDURES<br>GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL ( T5, T8 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>19 | 1P BROU CASOLÀ DE VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS ( 1, 12, T6, T10 )<br>2P HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANXA ( 1, 6 )<br>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT ( 12 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>20 |
| 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)<br>2P SALSITXES VEGETAL A LA PLANXA ( 1, 6 )<br>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO ( T9 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>23 | VERDURA DE TEMPORADA<br>1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) ( 12, T9 )<br>2P AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO<br>GU PO FRUITA DE TEMPORADA<br>24 | 1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) ( 12 )<br>2P TOFU A LA PLANXA AMB SALSA ( 1, 6 )<br>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>25 | 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ( 12 )<br>2P SEITAN SALTEJAT AMB BOLETS ( 1, 6 )<br>GU PASTANAGA BABY<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>26 | 1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES ( 1, 6, T9, T10 )<br>2P ROTLLETS PRIMAVERA ( 1, 6 )<br>GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>27 |
| 1P BRÒQUIL AMB PATATA<br>2P MANDONGUILLES VEGETALS AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 1, T9 )<br>GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, T6, T10 )<br>PO FRUITA DE TEMPORADA<br>30 | | | | |

PA INTEGRAL

JORNADA ASIA

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

| Gluten (1) | Crustacis (2) | Ous (3) | Peix (4) | Cacauet (5) | Soja (6) | Llet (7) | Fruits secs (8) | Api (9) | Mostassa (10) | Sèsam (11) | Sulfits (12) | Tramusos (13) | Mol·luscs (14) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489




## QUÈ MENGEM PER SOPAR?

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

**1R**

*Hummus casolà de cigró amb bastonets d'hortalisses*
*Macarrons integrals saltejats amb bròquil i bolets*
*Crema de carbassa i porro*
*Sopa de peix amb arròs*
*Amanida d'escarola, magrana, poma i nous*

**2N**

*Pastís de patata, vedella i verdures*
*Calamars a l'andalusa casolans*
*Pollastre a la planxa amb salsa de poma*
*Truita de patates i espinacs*
*Hamburguesa casolana de mongetes blanques i pastanaga*

**PO**

*Macedònia de fruita fresca*
*Poma o pera cuita amb canyella*
*Fruita fresca amb iogurt natural*
*Mató amb nous i mel*
*Flam d'ou casolà*

## PRODUCTE DE TEMPORADA

PRODUCTE DE TEMPORADA



*Al novembre arriben el fred i les pluges, el camp canvia de color i ens ofereix aliments de temporada. És temps de sabors i emocions de tardor!*