

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CATO00056|

ABRIL (FRED)		Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb lleties	Puré de fonoll amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb pastanaga i pollastre	
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb lleties	Arròs amb verdures de temporada	Peix al forn amb salsa de verdures de temporada i patates (4)	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Amanida de l'hort	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita amb amanida (3)	logurt natural (2) sense sucre	Fruita del temps	Pasta amb pollastre i salsa de pastanaga	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb lleties	Puré amb fonoll, patata i ciurons	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb pastanaga i lleties
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb lleties	Arròs amb verdures de temporada	Paté de mongetes amb salsa de verdures de temporada i patates	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Amanida de l'hort	
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Fruita del temps	Lleties amb salsa de pastanaga

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfits; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CATO00056|

ABRIL (FRED)		Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb patata i ou (3)	Puré de llenties i verdura	Puré de verdures amb mill i peix (4)	Puré de mongetes amb ceba, porro i fonoll	Puré de verdures, patata i me o vedella	
	1R PLAT	Arròs a les tres verdures amb ou (3)	Cuinat de llenties amb verdures de temporada	Crema de porro i pastanaga	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Amanida de l'hort	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Peix a la planxa o forn amb amanida (4)	logurt natural (2) sense sucre	Pasta bolonyesa de me o vedella amb salsa vermella (1)	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb patata i ciurons	Puré de llenties i verdura	Puré de verdures amb mill i llenties	Puré de mongetes amb ceba, porro i fonoll	Puré de verdures, patata i ciurons
	1R PLAT	Arròs a les tres verdures amb truita de farina de ciurons	Cuinat de llenties amb verdures de temporada	Crema de porro i pastanaga	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Amanida de l'hort	
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Hamburguesa vegetal a la planxa o forn amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Pasta sense gluten amb bolonyesa de llenties amb salsa vermella

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CATO00056|

ABRIL (CALOR)		Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de pastanaga amb ceba i llenties	Puré de verdures amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb arròs i peix (4)	Puré de verdures amb mongetes	Puré de verdures amb patata i pollastre
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Espirals amb salsa de remolatxa (1)	Arròs de peix i verdures (4)	Cuinat de verdures de temporada amb mongetes	Amanida de l'hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita francesa amb amanida (3)	logurt natural sense sucre (2)	Fruita del temps	Escaldums de pollastre amb verdures i patata
	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de pastanaga amb ceba i llenties	Puré de verdures amb patata i ciurons	Puré de verdures amb arròs i llenties	Puré de verdures amb patata i ciurons
MENÚ ADAPTAT	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Espirals sense gluten amb salsa de remolatxa	Arròs amb llenties i verdures	Cuinat de verdures de temporada amb mongetes	Amanida de l'hort
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Ciurons amb verdures i patata

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

ABRIL-MAIG (CALOR)		Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de nap amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de pastanaga, ceba i llenties	Puré de verdures, patata i vedella o me
	1R PLAT	Arròs amb nap i truita (3)	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Verdures de temporada amb patata	Macarrons bolonyesa de llenties (1)	Amanida de l'hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Peix a la planxa o forn amb amanida (4)	logurt natural sense sucre (2)	Estofat de me o vedella amb verdures i patata
	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de nap amb patata i ciurons	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré de pastanaga, ceba i llenties
MENÚ ADAPTAT	1R PLAT	Arròs amb nap i truita de farina de ciurons	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Verdures de temporada amb patata	Macarrons bolonyesa de llenties	Amanida de l'hort
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Hamburguesa vegetal a la planxa o forn amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

MAIG (CALOR)		Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb llenties	Puré amb carabassó amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb carabassó i pollastre
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Arròs amb verdures de temporada	Peix al forn amb salsa de verdures de temporada i patates (4)	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Crema de verdures
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita amb amanida (3)	logurt natural (2) sense sucre	Fruita del temps	Pollastre amb salsa de pastanaga
	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb llenties	Puré amb carabassó amb patata i ciurons	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré de verdures amb ciurons
MENÚ ADAPTAT	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Arròs amb verdures de temporada	Paté de mongetes amb salsa de verdures de temporada i patates	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Crema de verdures
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Fruita del temps

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfits; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CATO00056|

MAIG (CALOR)		Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb patata i ou (3)	Puré de ciurons i verdura	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de mongetes amb ceba, porro i carabassó	Puré de verdures, patata i me o vedella	
	1R PLAT	Arròs a les tres verdures amb ou (3)	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Crema de coliflor o bròquil	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Amanida de l'hort	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Peix a la planxa o forn amb amanida (4)	logurt natural (2) sense sucre	Pasta bolonyesa de me o vedella amb salsa vermella (1)	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb patata i llenties	Puré de ciurons i verdura	Puré de verdures amb patata i llenties	Puré de mongetes amb ceba, porro i carabassó	Puré de verdures, patata i ciurons
	1R PLAT	Arròs a les tres verdures amb truita de farina de ciurons	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Crema de coliflor o bròquil	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Amanida de l'hort	
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Hamburguesa vegetal a la planxa o forn amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Pasta sense gluten amb bolonyesa de llenties amb salsa vermella

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfits; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

MAIG (CALOR)		Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de pastanaga amb ceba i llenties	Puré de verdures amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de verdures amb mongetes	Puré de verdures amb patata i pollastre
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Espirals amb salsa de remolatxa (1)	Arròs de peix i verdures (4)	Cuinat de verdures de temporada amb mongetes	Amanida de l'hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita francesa amb amanida (3)	logurt natural (2) sense sucre	Fruita del temps	Escaldums de pollastre amb verdures i patata
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de pastanaga amb ceba i llenties	Puré de verdures amb patata i ciurons	Puré de verdures amb patata i llenties	Puré de verdures amb patata i ciurons
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Espirals sense gluten amb salsa de remolatxa	Arròs amb llenties i verdures	Cuinat de verdures de temporada amb mongetes	Amanida de l'hort
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Ciurons amb verdures i patata

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

MAIG (CALOR)		Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de carabassó amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de pastanaga, ceba i llenties	Puré de verdures, patata i vedella o me
	1R PLAT	Arròs amb carabassó i truita (3)	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Verdures de temporada amb patata	Macarrons bolonyesa de llenties (1)	Amanida de l'hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Peix a la planxa o forn amb amanida (4)	logurt natural (2) sense sucre	Estofat de me o vedella amb verdures i patata
	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de carabassó amb patata i ciurons	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré de pastanaga, ceba i llenties
MENÚ ADAPTAT	1R PLAT	Arròs amb carabassó i truita de farina de ciurons	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Verdures de temporada amb patata	Macarrons sense gluten amb bolonyesa de llenties	Amanida de l'hort
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Hamburguesa vegetal a la planxa o forn amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

JUNY (CALOR)		Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb lleties	Puré amb carabassó amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb carabassó i pollastre	
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb lleties	Arròs amb verdures de temporada	Peix al forn amb salsa de verdures de temporada i patates (4)	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Crema de verdures	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita amb amanida (3)	logurt natural (2) sense sucre	Fruita del temps	Pollastre amb salsa de pastanaga	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb lleties	Puré amb carabassó amb patata i ciurons	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb carabassó i lleties
	SÒLID	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb lleties	Arròs amb verdures de temporada	Paté de mongetes amb salsa de verdures de temporada i patates	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Crema de verdures
		2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Fruita del temps	Lleties amb salsa de pastanaga

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfits; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

JUNY (CALOR)		Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb patata i ou (3)	Puré de ciurons i verdura	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de mongetes amb ceba, porro i carabassó	Puré de verdures, patata i me o vedella	
	1R PLAT	Arròs a les tres verdures amb ou (3)	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Crema de carabassó o carabassa	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Amanida de l'hort	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Peix a la planxa o forn amb amanida (4)	logurt natural (2) sense sucre	Pasta bolonyesa de me o vedella amb salsa vermella (1)	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb patata i llenties	Puré de ciurons i verdura	Puré de verdures amb patata i llenties	Puré de mongetes amb ceba, porro i carabassó	Puré de verdures, patata i ciurons
	1R PLAT	Arròs a les tres verdures amb truita de farina de ciurons	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Crema de carabassó o carabassa	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Amanida de l'hort	
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Hamburguesa vegetal a la planxa o forn amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Pasta sense gluten amb bolonyesa de llenties amb salsa vermella

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

JUNY (CALOR) Dilluns 17 Dimarts 18 Dimecres 19 Dijous 20 Divendres 21

TRITURAT	PLAT ÚNIC	Purè de pastanaga amb ceba i llenties	Purè de verdures amb patata i ou (3)	Purè de verdures amb patata i peix (4)	Purè de verdures amb mongetes	Purè de verdures amb patata i pollastre
----------	-----------	---------------------------------------	--------------------------------------	--	-------------------------------	---

SÒLID	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Espirals amb salsa de remolatxa (1)	Arròs de/amb peix i verdures (4)	Cuinat de verdures de temporada amb mongetes	Amanida de l'hort
	2N PLAT	Fruita del temps	Truita francesa amb amanida (3)	logurt natural (2) sense sucre	Fruita del temps	Escaldums de pollastre amb verdures i patata

MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Purè de pastanaga amb ceba i llenties	Purè de verdures amb patata i ciurons	Purè de verdures amb patata i llenties	Purè de verdures amb mongetes	Purè de verdures amb patata i ciurons
	SÒLID	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Espirals sense gluten amb salsa de remolatxa	Arròs amb llenties i verdures	Cuinat de verdures de temporada amb mongetes	Amanida de l'hort
		2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Fruita del temps	Ciurons amb verdures i patata

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CATO00056|

JUNY (CALOR)		Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27	Divendres 28
TRITURAT	PLAT ÚNIC	F	Puré de pastanaga, ceba i lleties	Puré de verdures amb mill i peix (4)	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures, patata i vedella o me
	1R PLAT	Arròs amb carabassó i truita (3)	Macarrons bolonyesa de lleties (1)	Sopa de verdures de temporada amb mill	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Amanida de l'hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Peix a la planxa o forn amb amanida (4)	logurt natural (2) sense sucre	Estofat de me o vedella amb verdures i patata
	S					
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	T	Puré de carabassó amb patata i ciurons	Puré de pastanaga, ceba i lleties	Puré de verdures amb mill i mongetes	Puré de verdures amb patata i mongetes
	1R PLAT		Arròs amb carabassó i truita de farina de ciurons	Macarrons sense gluten amb bolonyesa de lleties	Sopa de verdures de temporada amb mill	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons
	2N PLAT	U	Fruita del temps	Fruita del temps	Hamburguesa vegetal a la planxa o forn amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota
U						

MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfit; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

JULIOL (CALOR)		Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Purè de mongeta tendra amb ceba i llenties	Purè de verdures amb patata i ou (3)	Purè de verdures amb patata i peix (4)	Purè de verdures amb mongetes	Purè de verdures amb patata i pollastre
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Espirals amb salsa de remolatxa (1)	Arròs de peix amb verdures (4)	Cuinat de verdures de temporada amb mongetes	Amanida de l'hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita francesa amb amanida (3)	logurt natural (2) sense sucre	Fruita del temps	Escaldums de pollastre amb verdures i patata
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Purè de mongeta tendra amb ceba i llenties	Purè de verdures amb patata i ciurons	Purè de verdures amb patata i llenties	Purè de verdures amb patata i ciurons
	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties	Espirals amb salsa de remolatxa	Arròs amb llenties i verdures	Cuinat de verdures de temporada amb mongetes	Amanida de l'hort
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Fruita del temps
JULIOL (CALOR)		Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12



















MENÚ DE FRED-CALOR ABRIL-JULIOL

CURS 2023-24

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjars que contenen substàncies que poden causar al·lèrgies o intoleràncies estan assenyalats amb número al costat, segons indica l'annex II, del reglament Europeu (UE) núm. 1169/2011 del parlament europeu i del Consell de dia 25 d'octubre del 2011. Llegenda: **Substàncies presents** (1) Gluten, (2) Llet/làctic, (3) Ous, (4) Peix, (8) Soja, (14) Sulfits; Substàncies NO presents (5) Marisc, (6) Fruita seca, (7) Api, (9) Cacauet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. |DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056|

TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de carabassó amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb mill i peix (4)	Puré de pastanaga, ceba i llenties	Puré de verdures, patata i vedella o me
	1R PLAT	Arròs amb carabassó i truita (3)	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Sopa de verdures de temporada amb mill	Macarrons bolonyesa de llenties (1)	Amanida de l'hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Peix a la planxa o forn amb amanida (4)	logurt natural (2) sense sucre	Estofat de me o vedella amb verdures i patata
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de carabassó amb patata i ciurons	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb mill i mongetes	Puré de verdures amb patata i mongetes
	1R PLAT	Arròs amb carabassó i truita de farina de ciurons	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	Sopa de verdures de temporada amb mill	Macarrons sense gluten amb bolonyesa de llenties	Amanida de l'hort
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Hamburguesa vegetal a la planxa o forn amb amanida	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota

Propostes de sopar per complementar el dinar

Si has dinat...	Pots sopar...
 Hortalisses	 Hortalisses
 Llegum	 Llegum, peix, ou o carn
 Peix	 Llegum, ou o carn
 Ou	 Llegum, peix o carn
 Carn	 Llegum, peix o ou
 Patata o moniato	 Pasta, arròs, pa o altres cereals
 Pasta, arròs, pa o altres cereals	 Patata, moniato o cereals diferents
 Fruita fresca	 Fruita fresca
 Altres	 Fruita fresca

