

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjar 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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

FEBRER		Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré amb pastanaga, ceba i llenties (*)	Puré de pastanaga, moniato i pollastre	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de ciurons amb carabassa i ceba	Puré amb carabassa, porro, patata i vedella o me
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Arròs integral amb verdures de temporada	Verdures amb patata i peix al forn (4)	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Amanida de l’hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita a la francesa amb enciam (3)	logurt natural sense sucre (2)	Fruita del temps	Pasta (*) amb bolonyesa de me o vedella i verdures

MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré amb pastanaga, ceba i llenties (*)	Puré de pastanaga, moniato i ciurons	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré de ciurons amb carabassa i ceba	Puré amb carabassa, porro, patata i llenties
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Arròs integral amb verdures de temporada	Verdures amb patata i mongetes al forn	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Amanida de l’hort	
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb enciam	logurt vegetal (8) o compota	Fruita del temps	Pasta (*) amb bolonyesa de llenties (*) i verdures

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

Nota important: Per raons de disponibilitat les hortalisses poden variar. Els menjar 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) Cacaüet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

FEBRER		Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de carabassa, pastanaga i llenties (*)	Puré de verdures amb mill i ou (3)	Puré de pastanaga amb porro, patata i peix (4)	Puré de mongetes amb verdures	Puré de patata, pastanaga, ceba i pollastre	
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada i moniato	Sopa de mill i verdures	Paella de verdures i peix (4)	Amanida de l’hort	Pasta (*) amb salsa de carabassa i pollastre	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de patata amb porro (3)	logurt natural sense sucre (2)	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Fruita del temps	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de carabassa, pastanaga i llenties (*)	Puré amb verdures, mill i ciurons	Puré de pastanaga amb porro, patata i llegum	Puré de mongetes amb verdures	Puré de patata, pastanaga, ceba i ciurons
	SÒLID	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada i moniato	Sopa de mill i verdures	Paella de verdures i paté de llegum	Amanida de l’hort	Pasta (*) amb salsa de carabassa i ciurons
		2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb patata i porro	logurt vegetal (8) o compota	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Fruita del temps

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

FEBRER		Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré amb carabassa, porro i llenties (*)	Puré de pastanaga, patata i ou (3)	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de ciurons amb verdures	Puré de verdures, patata i vedella o me	
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Pasta (*) amb salsa de colflori i bledes	Sopa de verdures de temporada amb patata	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Estofat de me o vedella amb patates i verdures	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita a la francesa amb amanida (3)	Peix aguiat o al forn amb guarnició (4)	Fruita del temps	logurt natural sense sucre (2)	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré amb carabassa, porro i llenties (*)	Puré de pastanaga, patata i llegums	Puré de verdures, patata i mongeta	Puré de ciurons amb verdures	Puré de patata amb verdures i llegums
	SÒLID	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Pasta (*) amb salsa de colflori i bledes	Sopa de verdures de temporada amb patata	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Arròs amb verdures i paté de llegums
		2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	Hamburguesa vegetal amb guarnició (4)	Fruita del temps	logurt vegetal (8) o compota

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

FEBRER-MARÇ		Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de llenties (*) amb verdures	Puré de patata amb carabassa i pollastre	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de verdures amb ciurons	F	
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Arròs amb verdures i pollastre	Peix al forn amb salsa de verdures de temporada i patates (4)	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons	E	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt natural (2) sense sucre	Fruita del temps	S	
						T	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de llenties (*) amb verdures	Puré de patata amb verdures i llegums	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré de verdures amb ciurons	I
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Amanida de l'hort	Paté de mongetes amb salsa de verdures de temporada i patates	Cuinat de verdures de temporada amb ciurons		
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Estofat de llegums amb patates i verdures	logurt vegetal natural (8) sense sucre o fruita o compota	Fruita del temps	U

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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) Cacaüet, (10) Sèsam, (11) Mostassa, (12) Tramussos, (13) Mol·luscs. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

MARÇ		Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré amb pastanaga, ceba i llenties (*)	Puré de pastanaga, moniato i pollastre	Puré de llegum amb carabassa i ceba	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré amb carabassa, porro, patata i vedella o me
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Arròs integral amb verdures de temporada	Cuinat de llegum amb verdures de temporada	Verdures amb patata i peix al forn (4)	Amanida de l’hort
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita a la francesa amb enciam (3)	Fruita del temps	logurt natural sense sucre (2)	Pasta (*) amb bolonyesa de me o vedella i verdures

MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré amb pastanaga, ceba i llenties (*)	Puré de pastanaga, moniato i ciurons	Puré de llegum amb carabassa i ceba	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré amb carabassa, porro, patata i llenties (*)
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Arròs integral amb verdures de temporada	Cuinat de llegum amb verdures de temporada	Verdures amb patata i mongetes al forn	Amanida de l’hort	
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb enciam	Fruita del temps	logurt vegetal (8) o compota	Pasta (*) amb bolonyesa de llenties (*) i verdures

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

MARÇ		Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de carabassa, pastanaga i llenties (*)	Puré amb verdures, patata i ou (3)	Puré de pastanaga amb porro, patata i peix (4)	Puré de mongetes amb verdures	Puré de patata, pastanaga, ceba i pollastre	
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada i moniato	Crema de nap i pastanaga	Paella de verdures i peix (4)	Amanida de l’hort	Pasta (*) amb salsa de carabassa i pollastre	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de patata amb porro (3)	logurt natural sense sucre (2)	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Fruita del temps	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de carabassa, pastanaga i llenties (*)	Puré amb verdures, patata i ciurons	Puré de pastanaga amb porro, patata i llegum (*)	Puré de mongetes amb verdures	Puré de patata, pastanaga, ceba i ciurons
	SÒLID	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada i moniato	Crema de nap i pastanaga	Paella de verdures i paté de llegum (*)	Amanida de l’hort	Pasta (*) amb salsa de carabassa i ciurons
		2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb patata i porro	logurt vegetal (8) o compota	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Fruita del temps

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

MARÇ		Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré amb carabassa, porro i llenties (*)	Puré de pastanaga, patata i ou (3)	Puré de verdures, mill i peix (4)	Puré de ciurons amb verdures	Puré de verdures, patata i vedella o me	
	1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Pasta (*) amb salsa de colflori i bledes	Sopa de mill amb verdures	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Estofat de me o vedella amb patates i verdures	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita a la francesa amb amanida (3)	Peix aguiat o al forn amb guarnició (4)	Fruita del temps	logurt natural sense sucre (2)	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré amb carabassa, porro i llenties (*)	Puré de pastanaga, patata i llegums	Puré de verdures, mill i mongeta	Puré de ciurons amb verdures	Puré de patata amb verdures i llegums (*)
		1R PLAT	Cuinat de llenties (*) amb verdures de temporada	Pasta (*) amb salsa de colflori i bledes	Sopa de mill amb verdures	Cuinat de ciurons amb verdures de temporada	Arròs amb verdures i paté de llegums (*)
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Truita de farina de ciurons amb amanida	Hamburguesa vegetal amb guarnició (4)	Fruita del temps	logurt vegetal (8) o compota

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

MARÇ		Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de patata, pastanaga, ceba i pollastre	Puré de pastanaga, ceba i llenties	Puré de carabassa amb patata i peix (4)	Puré de verdures amb mongetes	Puré de patata amb verdures i pollastre	
	1R PLAT	Arròs tres verdures i truita (3)	Pasta (*) amb bolonyesa de llenties	Crema de carabassa i colflori	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Aguiat de patata amb verdures i pollastre	
SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	Fruita del temps	Peix a la planxa o forn amb amanida (4)	Fruita del temps	logurt natural sense sucre (2)	
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de patata, pastanaga, ceba i ciurons	Puré de pastanaga, ceba i llenties (*)	Puré de patata amb carabassa i llegums (*)	Puré de mongetes amb verdures	Puré de verdures, patata i llegums (*)
		1R PLAT	Arròs tres verdures i Truita de farina de ciurons	Pasta (*) amb bolonyesa de llenties (*)	Crema de carabassa i colflori	Cuinat de mongetes amb verdures de temporada	Amanida de l’hort
	SÒLID	2N PLAT	Fruita del temps	logurt vegetal (8) o compota	Hamburguesa vegetal (*) a la planxa o forn amb amanida	Fruita del temps	Estofat de llegums (*) amb patates i verdures

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOART Col. Núm. CAT000056 |

MARÇ-ABRIL		Dilluns 30	Dimarts 31	Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb llenties (*)	Puré de fonoll amb patata i ou (3)	Puré de verdures amb patata i peix (4)	Puré de verdures amb ciurons V	Puré de verdures amb pastanaga i pollastre V
					A	A
					C	C
SÒLID	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 N	Amanida de l'hort N
					C	C
	2N PLAT	Fruita del temps	Truita amb amanida (3)	logurt natural (2) sense sucre	Fruita del temps E	Pasta amb pollastre i salsa de pastanaga (1) E
MENÚ ADAPTAT	TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb llenties (*)	Puré amb fonoll, patata i ciurons	Puré de verdures amb ciurons E	Puré de verdures amb pastanaga i llenties E
					S	S
					C	C
SÒLID	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 L	Amanida de l'hort L
					A	A
					R	R
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 S	Llenties amb salsa de pastanaga S

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

ABRIL		Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
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

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 (*) amb bolonyesa de llenties (*) amb salsa vermella

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

ABRIL		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 arròs i peix (4)	Puré de verdures amb mongetes	Puré de verdures amb patata i pollastre	
SÒLID	1R PLAT	Cuinat de verdures de temporada amb llenties (*)	Espirals (*) amb salsa de remolatxa	Arròs de 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 sense sucre (2)	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 arròs i llenties (*)	Puré 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	Ciurons amb verdures i patata

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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. **(*) sense gluten** | DIETISTA-NUTRICIONISTA: MARIA BLANQUER GENOVART Col. Núm. CAT000056 |

MARÇ-ABRIL		Dilluns 30	Dimarts 31	Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3	
TRITURAT	PLAT ÚNIC	Puré de verdures amb llenties (*)	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	
SÒLID	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	Amanida de l’hort	
	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 llenties (*)	Puré amb fonoll, patata i ciurons	Puré de verdures amb patata i mongetes	Puré de verdures amb ciurons	Puré de verdures amb pastanaga i llenties (*)
		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	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	Llenties (*) amb salsa de pastanaga

MENÚ DE FRED FEBRER-ABRIL CURS 2025-26

Sense GLUTEN

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

