



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

Bledes amb patata
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i lacti⁷

3

Espaguetis amb con tomate^{1,3}
Lluç al forn⁴
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

4

Crema de carbassa ecològica⁷
Pollastre a l'ast
Enciam i olives
Pa¹ i fruita

5

Arròs tres delícies⁶
(pastanaga, pèsols, pernil dolç, blat de moro)
Truita de carbassó³
Tomàquet amanit
Pa¹ i **fruita ecològica**

6

Mongetes estofades amb verdures
Botifarra de porc al forn¹²
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

9

Macarrons amb verdures^{1,3}
(pastanaga, carbassó, ceba, tomàquet)
Truita francesa³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

10

Llenties ecològiques amb verdures
Filet de carn magra al forn
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

11

Mongeta tendra i patata
Estofat de gall d'indi jardinera
Pastanaga, mongeta tendra, pèsols
Pa¹ i fruita

12

Crema de porros⁷
Aletes de pollastre adobades
Patates caliu
Pa¹ i fruita

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Lluç arrebossat^{1,4}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

16

Crema de verdures⁷
Llom al forn amb
Salsa de xampinyons
Pa¹ i lacti⁷

17

Arròs amb bolets
Mandonguilles de vedella⁶
Tomàquet, pèsols, pastanaga
Pa¹ i **fruita ecològica**

18

Brou d'au amb **pasta integral^{1,9,3}**
Truita patates³
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

19

Mongeta seca estofada amb verdures
Pit de pollastre arrebossat^{1,3,7}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i fruita

20

Espirals ecològiques napolitana¹
Salmó a la taronja⁴
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i fruita

23

Brou de peix amb arròs⁴
Contraçuixa de pollastre a la llimona
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

24

Patates estofades amb verdures
Bacallà al forn amb oli de pebre
vermell dolç⁴
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

25

Cigrons estofats amb verdures
Salsitxes de porc al forn¹²
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

26

Fideuà^{1,3,4,14}
Truita francesa³
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

27

Crema de carbassó ecològic⁷
Raves de calamar^{1,14,4,3}
Patates caliu
Pa¹ i fruita

30

Llenties estofades amb verdures
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)



ESCOLA SANT FELIP NERI

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:
poma, pera, persimo, mandarines, plàtan
El lacti serà iogurt

NOVEMBRE 2020
SENSE GLUTEN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

Bledes amb patata
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa i lacti⁷

3

Espaguetis sense gluten amb con
tomate^{1,3}
Lluç al forn⁴
Enciam i pastanaga
Pa i fruita

4

Crema de carbassa ecològica⁷
Pollastre a l'ast
Enciam i olives
Pa i fruita

5

Arròs tres delícies⁶
(pastanaga, pèsols, pernil dolç, blat de moro)
Truita de carbassó³
Tomàquet amanit
Pa i **fruita ecològica**

6

Mongetes estofades amb verdures
Botifarra de porc al forn¹²
Enciam i cogombre
Pa i fruita

9

Macarrons sense gluten amb
verdures
(pastanaga, carbassó, ceba, tomàquet)
Truita francesa³
Enciam i olives
Pa i lacti⁷

10

Llenties ecològiques amb verdures
Filet de carn magra al forn
Enciam i cogombre
Pa i fruita

11

Mongeta tendra i patata
Estofat de gall d'indi jardinera
Pastanaga, mongeta tendra, pèsols
Pa i fruita

12

Crema de porros⁷
Aletes de pollastre adobades
Patates caliu
Pa i fruita

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Lluç arrebossat sense gluten⁴
Enciam i blat de moro
Pa i **fruita ecològica**

16

Crema de verdures⁷
Llom al forn amb
xampinyons
Enciam i pastanaga
Pa i lacti⁷

17

Arròs amb bolets
Mandonguilles de vedella⁶
Tomàquet, pèsols, pastanaga
Pa i **fruita ecològica**

18

Brou d'au amb pasta sense gluten⁹
Truita patates³
Tomàquet i olives
Pa i fruita

19

Mongeta seca estofada amb verdures
Pit pollastre arrebossat sense gluten
Enciam i blat de moro
Pa i fruita

20

Espirals sense gluten napolitana
Salmó a la taronja⁴
Enciam i espàrrecs
Pa i fruita

23

Brou de peix amb arròs⁴
Contraeix de pollastre a la llimona
Enciam i blat de moro
Pa i lacti⁷

24

Patates estofades amb verdures
Bacallà al forn amb oli de pebre
vermell dolç⁴
Enciam i tomàquet
Pa i fruita

25

Cigrons estofats amb verdures
Salsitxes de porc al forn¹²
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa i **fruita ecològica**

26

Fideuà sense gluten^{4,14}
Truita francesa³
Enciam i cogombre
Pa i fruita

27

Crema de carbassó ecològic⁷
Lluç arrebossat sense gluten⁴
Patates caliu
Pa i fruita

30

Llenties estofades amb verdures
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa i lacti⁷

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1); CRUSTACI(2); OU(3); PEIX(4); CACAUETS(5); SOJA(6); LLET(7); FRUITS AMB CLOSCA(8); API(9); MOSTASA(10); SÈSAM(11); SULFITS(12); TRAMUSSOS(13); MOLUSCS(14)



ESCOLA SANT FELIP NERI

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:
poma, pera, persimo, mandarines, plàtan
El lacti serà **iogurt**

NOVEMBRE 2020
MUSULMÀ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

Bledes amb patata
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i lacti⁷

3

Espaguetis amb con tomate^{1,3}
Lluç al forn⁴
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

4

Crema de carbassa ecològica⁷
Pollastre a l'ast
Enciam i olives
Pa¹ i fruita

5

Arròs tres delícies⁶
(pastanaga, pèsols, blat de moro)
Truita de carbassó³
Tomàquet amanit
Pa¹ i **fruita ecològica**

6

Mongetes estofades amb verdures
Botifarra de pollastre al forn¹²
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

9

Macarrons amb verdures^{1,3}
(pastanaga, carbassó, ceba, tomàquet)
Truita francesa³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

10

Llenties ecològiques amb verdures
Filet de pollastre al forn
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

11

Mongeta tendra i patata
Estofat de gall d'indi jardinera
Pastanaga, mongeta tendra, pèsols
Pa¹ i fruita

12

Crema de porros⁷
Aletes de pollastre adobades
Patates caliu
Pa¹ i fruita

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Lluç arrebossat^{1,4}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

16

Crema de verdures⁷
Pollastre al forn amb
xampinyons
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti⁷

17

Arròs amb bolets
Mandonguilles de vedella⁶
Tomàquet, pèsols, pastanaga
Pa¹ i **fruita ecològica**

18

Brou d'au amb **pasta integral^{1,9,3}**
Truita patates
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

19

Mongeta seca estofada amb verdures
Pit de pollastre arrebossat^{1,3,7}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i fruita

20

Espirals ecològiques napolitana¹
Salmó a la taronja⁴
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i fruita

23

Brou de peix amb arròs⁴
Contraeix de pollastre a la llimona
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

24

Patates estofades amb verdures
Bacallà al forn amb oli de pebre
vermell dolç⁴
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

25

Cigrons estofats amb verdures
Salsitxes de pollastre al forn¹²
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

26

Fideuà^{1,3,4,14}
Truita francesa³
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

27

Crema de carbassó ecològic⁷
Raves de calamar^{1,14,4,3}
Patates caliu
Pa¹ i fruita

30

Llenties estofades amb verdures
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)



ESCOLA SANT FELIP NERI

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:
poma, pera, persimo, mandarines, plàtan
El lacti serà **iogurt**

NOVEMBRE 2020
NO CARN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

Bledes amb patata
Tofu amb salsa de tomàquet⁶
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i lacti⁷

3

Espaguetis amb con tomate^{1,3}
Lluç al forn⁴
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

4

Crema de carbassa ecològica⁷
Salmó al forn⁴
Enciam i olives
Pa¹ i fruita

5

Arròs tres delícies⁶
(pastanaga, pèsols, blat de moro)
Truita de carbassó³
Tomàquet amanit
Pa¹ i **fruita ecològica**

6

Mongetes estofades amb verdures
Bacalao al forn⁴
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

9

Macarrons amb verdures^{1,3}
(pastanaga, carbassó, ceba, tomàquet)
Truita francesa³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

10

Llenties ecològiques amb verdures
Filet de lluç al forn⁴
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

11

Mongeta tendra i patata
Estofat de tofu jardinera⁶
Pastanaga, mongeta tendra, pèsols
Pa¹ i fruita

12

Crema de porros⁷
Truita francesa³
Patates caliu
Pa¹ i fruita

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Lluç arrebossat^{1,4}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

16

Crema de verdures⁷
Seità amb salsa de
Xampinyons^{1,6}
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti⁷

17

Arròs amb bolets
Mandonguilles de lluç^{4,1}
Tomàquet, pèsols, pastanaga
Pa¹ i **fruita ecològica**

18

Brou vegeal amb **pasta integral^{1,9,3}**
Truita patates³
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

19

Mongeta seca estofada amb verdures
Tofu arrebossat^{1,6}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i fruita

20

Espirals ecològiques napolitana¹
Salmó a la taronja⁴
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i fruita

23

Brou de peix amb arròs⁴
Truita francesa
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

24

Patates estofades amb verdures
Bacallà al forn amb oli de pebre
vermell dolç⁴
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

25

Cigrons estofats amb verdures
Salsitxes de verdures al forn
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

26

Fideuà^{1,3,4,14}
Truita francesa³
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

27

Crema de carbassó ecològic⁷
Seità arrebossat^{1,6}
Patates caliu
Pa¹ i fruita

30

Llenties estofades amb verdures
Lluç al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)



ESCOLA SANT FELIP NERI

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:
poma, pera, persimo, mandarines, plàtan
El lacti serà **iogurt**

NOVEMBRE 2020
NO CRUSTACIS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

Bledes amb patata
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i lacti⁷

3

Espaguetis amb con tomate^{1,3}
Llom al forn⁴
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

4

Crema de carbassa ecològica⁷
Pollastre a l'ast
Enciam i olives
Pa¹ i fruita

5

Arròs tres delícies⁶
(pastanaga, pèsols, pernil dolç, blat de moro)
Truita de carbassó³
Tomàquet amanit
Pa¹ i **fruita ecològica**

6

Mongetes estofades amb verdures
Botifarra de porc al forn¹²
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

9

Macarrons amb verdures^{1,3}
(pastanaga, carbassó, ceba, tomàquet)
Truita francesa³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

10

Llenties ecològiques amb verdures
Filet de carn magra al forn
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

11

Mongeta tendra i patata
Estofat de gall d'indi jardinera
Pastanaga, mongeta tendra, pèsols
Pa¹ i fruita

12

Crema de porros⁷
Aletes de pollastre adobades
Patates caliu
Pa¹ i fruita

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Tofu arrebossat^{6,1}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

16

Crema de verdures⁷
Llom al forn amb
xampinyons
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti⁷

17

Arròs amb bolets
Mandonguilles de vedella⁶
Tomàquet, pèsols, pastanaga
Pa¹ i **fruita ecològica**

18

Brou d'au amb **pasta integral^{1,9,3}**
Truita patates³
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

19

Mongeta seca estofada amb verdures
Pit de pollastre arrebossat^{1,3,7}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i fruita

20

Espirals ecològiques napolitana¹
Truita francesa³
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i fruita

23

Brou vegetal amb arròs⁹
Contraçuixa de pollastre a la llimona
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

24

Patates estofades amb verdures
Truita francesa³
Enciam i tomàquet
Pa¹ i lacti⁷

25

Cigrons estofats amb verdures
Salsitxes de porc al forn¹²
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

26

Fideuà de verdures^{1,3}
Truita francesa³
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

27

Crema de carbassó ecològic⁷
Seità arrebossat^{1,6}
Patates caliu
Pa¹ i fruita

30

Llenties estofades amb verdures
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)



ESCOLA SANT FELIP NERI

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:
poma, pera, persimo, mandarines, plàtan
El lacti serà **iogurt**

NOVEMBRE 2020
NO FRUITS SECS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

Bledes amb patata
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i lacti⁷

3

Espaguetis amb con tomate^{1,3}
Lluç al forn⁴
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

4

Crema de carbassa ecològica⁷
Pollastre a l'ast
Enciam i olives
Pa¹ i fruita

5

Arròs tres delícies⁶
(pastanaga, pèsols, pernil dolç, blat de moro)
Truita de carbassó³
Tomàquet amanit
Pa¹ i **fruita ecològica**

6

Mongetes estofades amb verdures
Botifarra de porc al forn¹²
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

9

Macarrons amb verdures^{1,3}
(pastanaga, carbassó, ceba, tomàquet)
Truita francesa³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

10

Llenties ecològiques amb verdures
Filet de carn magra al forn
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

11

Mongeta tendra i patata
Estofat de gall d'indi jardinera
Pastanaga, mongeta tendra, pèsols
Pa¹ i fruita

12

Crema de porros⁷
Aletes de pollastre adobades
Patates caliu
Pa¹ i fruita

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Lluç arrebossat^{1,4}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

16

Crema de verdures⁷
Llom al forn amb
xampinyons
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti⁷

17

Arròs amb bolets
Mandonguilles de vedella⁶
Tomàquet, pèsols, pastanaga
Pa¹ i **fruita ecològica**

18

Brou d'au amb **pasta integral^{1,9,3}**
Truita patates³
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

19

Mongeta seca estofada amb verdures
Pit de pollastre arrebossat^{1,3,7}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i fruita

20

Espirals ecològiques napolitana¹
Salmó a la taronja⁴
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i fruita

23

Brou de peix amb arròs⁴
Contraeixu de pollastre a la llimona
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

24

Patates estofades amb verdures
Bacallà al forn amb oli de pebre
vermell dolç⁴
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

25

Cigrons estofats amb verdures
Salsitxes de porc al forn¹²
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

26

Fideuà^{1,3,4,14}
Truita francesa³
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

27

Crema de carbassó ecològic⁷
Lluç arrebossat^{1,4}
Patates caliu
Pa¹ i fruita

30

Llenties estofades amb verdures
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

Bledes amb patata
Tofu amb salsa de tomàquet⁶
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i lacti⁷

3

Espaguetis amb con tomate^{1,3}
Truita francesa³
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

4

Crema de carbassa ecològica⁷
Seità amb verdures¹
Ceba, pastanaga pastanaga
Pa¹ i fruita

5

Arròs tres delícies⁶
(pastanaga, pèsols, blat de moro)
Truita de carbassó³
Tomàquet amanit
Pa¹ i **fruita ecològica**

6

Mongetes estofades amb verdures
Hamburguesa de quinoa amb
ceba caramel·litzada
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

9

Macarrons amb verdures^{1,3}
(pastanaga, carbassó, ceba, tomàquet)
Truita francesa³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

10

Llenties ecològiques amb verdures
Salsitxa vegetal al forn
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

11

Mongeta tendra i patata
Estofat de tofu jardineria⁶
Pastanaga, mongeta tendra, pèsols
Pa¹ i fruita

12

Crema de porros⁷
Truita francesa³
Patates caliu
Pa¹ i fruita

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Tofu arrebossat⁶
Enciam i blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

16

Crema de verdures⁷
Seità amb salsa de
Xampinyons^{1,6}
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti⁷

17

Arròs amb bolets
Hamburguesa de quinoa^{4,1}
amb salsa tomàquet
Pa¹ i **fruita ecològica**

18

Brou vegetal amb **pasta integral^{1,9,3}**
Truita patates³
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

19

Mongeta seca estofada amb verdures
Tofu arrebossat^{1,6}
Enciam i blat de moro
Pa¹ i fruita

20

Espirals ecològics napolitana¹
Truita francesa³
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i fruita

23

Brou vegetal amb arròs⁹
Tofu a la llimona⁶
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

24

Patates estofades amb verdures
Truita francesa³
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

25

Cigrons estofats amb verdures
Salsitxes vegetal al forn
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

26

Fideuà vegetal^{1,3}
Truita francesa³
Enciam i cogombre
Pa¹ i fruita

27

Crema de carbassó ecològic⁷
Seità arrebossat^{1,6}
Patates caliu
Pa¹ i fruita

30

Llenties estofades amb verdures
Truita francesa³
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)



ESCOLA

SANT FELIP NERI

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:

poma, pera, persimo, mandarines, plàtan

El lacti serà iogurt

NOVEMBRE 2020

SUGGERIMENTS DE SOPAR

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

Pastís de patates
Peix al forn
Pa i fruita

3

Verdura amb patata
Carn de xai a la planxa
Pa i fruita

4

Hummus
Hamburguesa vegetal planxa
Pa i fruita

5

Verdures amb patata
Peix arrebossat
Pa i fruita

6

Amanida variada
Pizza de tonyina
Pa i fruita

9

Crema de verdures
Carn d'au a la planxa
Pa i fruita

10

Verdures gratinades
Peix al forn
Pa i fruita

11

Espaguetis de carbassó saltejats
amb ceba
Truita de patates
Pa i fruita

12

Pasta amb verdures
Vedella a la planxa
Pa i fruita

13

Sopa amb fideus
Pa amb tomàquet i pernil
Pa i fruita

16

Amanida variada
Lasanya de carn
Pa i fruita

17

Verdura amb patata
Peix a la planxa
Pa i fruita

18

Crema de xampinyons
Calamrcets a la planxa
Pa i fruita

19

Mil fulles de patata i tonyina
Truita francesa
Pa i fruita

20

Amanida variada
Creps de pollastre i verdures
Pa i fruita

23

Verdura amb patata
Peix a la planxa
Pa i lacti

24

Arròs integral amb verdures
Ou ferrat
Pa i fruita

25

Crema de verdures
Croquetes de quinoa
Pa i fruita

26

Amanida variada
Llom a la planxa amb patates
Pa i fruita

27

Pèsols saltejats
Truita de xampinyons
Pa i fruita

30

Verdura amb patata
Peix al forn
Pa i lacti

○

○

○

○

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)