

MES: OCTUBRE 2025

CENTRE EDUCATIU: CENTRES IAUSA SENSE GLUTEN



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29 Trinxat de verdura ECO l'lom planxa amb tomàquet logurt ECO (7)	30 Mongeta blanca amb verdures Bacallà forn amb tomàquet (2,3,4) Fruita ECO	1 Bròcoli saltejat amb all i pernil Truita de patates i ceba (5) Pruna	2 Pasta S/G amb salsa carbonara (5,6,7) Cuixes de pollastres amb verdures Meló	3 Crema de xampinyons Pastis d'arròs amb formatge i rostit (7) Fruita variada
6 Tavella amb patates i pastanaga Nuggets vegetals (6) Síndria	7 Macarrons S/G amb salsa bolonyesa (5,6) Pollastre amb prunes logurt ECO (7)	8 Llenties S/G amb verdures Truita amb pernil dolç i formatge (5,7) Fruita ECO	9 Arròs llarg amb blat de moro Mandonguilles de porc i vedella amb salsa Pera	10 Crema de carbassó i poma Cua de lluç al forn amb patates (3,4) Fruita variada
13 Cigrons amb tomàquet Truita de carbassó i ceba (5) logurt ECO (7)	14 Gratinat de patata amb formatge local (5,7) Salsitxa de pollastre Poma ECO	15 Tavella, coliflor i pastanaga Arròs de muntanya Pera	16 Pasta S/G amb tomàquet i formatge (5,6,7) Rostit amb salsa de poma Plàtan	17 Crema de fesols amb carbassó Bacallà a la catalana (2,3,4,9) Fruita variada
20 Bròcoli amb patata Llenties S/G amb moniato Fruita ECO	21 Pasta S/G amb salsa d'espínacs i alfàbrega (5,6,7) Pollastre rostit amb prunes logurt ecològic	22 Arròs integral amb tomàquet Filet lluç planxa (2,3,4) Plàtan	23 Sopa de pasta S/G (5,6) Truita de patata i carbassó (5)	24 Cigrons a la cassola Patata farcida de rostit (5,7) Fruita variada
27 Arròs amb salsa de tomàquet l'lom planxa logurt ECO (7)	28 Minestra de verdures Botifarra amb fesols i tomàquet Poma ECO	29 Llentia S/G a la cassola Pollastre amb xampinyons Mandarina	30 Pasta S/G amb salsa matriciana (5,6) Ous farcits amb beixamel (5,7) Postres especials	31 Cigrons amb tomàquet Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Fruita variada

T'INFORMEM

Amanim amb:
 Oli verge extra d'oliva de la
 cooperativa de la
 Granadella, amanida verda
 cada dia.

Fruita ecològica
 d'Ecoladevesa, patates de
 Montant

L'aviram és de pollastres
 Guiu, tota la pasta és ECO,
 arròs del Delta i logurt de
 la Reula ECO i de
 proximitat

www.mengemdaqui.cat

- 1 Gluten
- 2 Crustacis
- 3 Mol·luscs
- 4 Peix
- 5 Ous
- 6 Soja
- 7 Llet
- 8 Cacauets
- 9 Fruita seca
- 10 Fruita fresca



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



Generalitat de Catalunya
 Departament d'Agricultura,
 Ramaderia, Pesca i Alimentació

Fons Europeu Agrícola
 de Desenvolupament Rural
 Europa invierte en las zonas rurales



SOC Servei d'Ocupació
 de Catalunya

Generalitat
 de Catalunya



MES: OCTUBRE 2025

CENTRE EDUCATIU: CENTRES IAUSA OVOLACTEOVEGETARIANS



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA	29 Trinxat de verdura ECO Hamburguesa vegetal amb tomàquet (1,7) logurt ECO (7)	30 Mongeta blanca amb verdures Falafel (1) Fruita ECO	1 Bròcoli saltejat amb all Trita de patates i ceba (5) Prunes	2 Pasta eco amb salsa napolitana (1,5,7) Seitan amb verdures (1,6) Meló	3 Crema de xampinyons Pastis d'arròs amb formatge (6,7) Fruita variada
2. SETMANA	6 Tavella amb patates i pastanaga Croquetes d'espínacs (de l'1 al 7) Síndria	7 Macarrons ECO amb salsa verdures (1,6) Seitan amb prunes (1,6) logurt ECO (7)	8 Llenties amb verdures (1) Trita amb formatge (5,7) Fruita ECO	9 Arròs llarg amb blat de moro Mandonguilles vegetals amb salsa (6) Pera	10 Crema de carbassó i poma Hamburguesa vegetal amb patates (1,7) Fruita variada
3. SETMANA	13 Cigrons amb tomàquet Trita de carbassó i ceba (5) logurt ECO (7)	14 Gratinat de patata amb formatge local (5,7) Seitan amb salsa (1,6) Poma ECO	15 Tavella, coliflor i pastanaga Arròs amb verdures Pera	16 Pasta integral amb tomàquet i formatge (1,6,7) Tofu salsa de poma (1,6 i sèsam) Plàtan	17 Crema de fesols amb carbassó Cigrons amb arròs Fruita variada
4. SETMANA	20 Bròcoli amb patata Llenties amb moniato (1) Fruita ECO	21 Pasta ECO amb salsa d'espínacs i alfàbrega (1,5,6,7) Seitan amb verdures (1,6) logurt ecològic	22 Arròs integral amb tomàquet Nuggets vegetals (6) Plàtan	23 Sopa de pasta (1,5) Trita de patata i carbassó (5) Pera	24 Cigrons a la cassola Patata farcida (5,7) Fruita variada
5. SETMANA	27 Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de patata (1,7) logurt ECO (7)	28 Minestra de verdures Seitan amb fesols i tomàquet (1,6) Poma ECO	29 Llentia a la cassola amb verdures (1) Tofu amb xampinyons (1,6 i sèsam) Mandarina	30 Pasta ECO amb salsa tomàquet (1,5,7) Ous farcits amb beixamel (5,7) Postres especials	31 Cigrons amb tomàquet Arròs amb verdures Fruita variada

T'INFORMEM

Amanim amb:

Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda cada dia.

Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant

L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és ECO, arròs del Delta i logurt de la Reula ECO i de proximitat

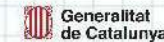
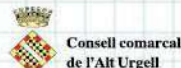
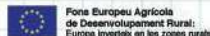
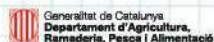
www.mengemdaqui.cat

- 1 Gluten
- 2 Crustacis
- 3 Mol·luscs
- 4 Peix
- 5 Ous
- 6 Soja
- 7 Llet
- 8 Cacaquets
- 9 Fruita seca
- 10 Fruita fresca



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



MES: OCTUBRE 2025

CENTRE EDUCATIU:

CENTRES IAUSA SENSE FRUITS SECS



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
²⁹ Trinxat de verdura ECO Hamburguesa vegetal amb tomàquet (1,7) logurt ECO (7)	³⁰ Mongeta blanca amb verdures Bunyols de bacallà (de l'1 al 7) Fruita ECO	¹ Bròcoli saltejat amb all i pernil Trita de patates i ceba (5) Pruna	² Pasta eco amb salsa carbonara (1,5,7) Cuixes de pollastres amb verdures Meló	³ Crema de xampinyons Pastis d'arròs amb formatge i rostit (7) Fruita variada
⁶ Tavella amb patates i pastanaga Croquetes d'espínacs (de l'1 al 7) Síndria	⁷ Macarrons ECO amb salsa bolonyesa (1,6) Pollastre rostit logurt ECO (7)	⁸ Lenties amb verdures (1) Trita amb pernil dolç i formatge (5,7) Fruita ECO	⁹ Arròs llarg amb blat de moro Mandonguilles de porc i vedella amb salsa Pera	¹⁰ Crema de carbassó i poma Cua de lluç al forn amb patates (3,4) Fruita variada
¹³ Cigrons amb tomàquet Trita de carbassó i ceba (5) logurt ECO (7)	¹⁴ Gratinat de patata amb formatge local (5,7) Salsitxa de pollastre Poma ECO	¹⁵ Tavella, coliflor i pastanaga Arròs de muntanya Pera	¹⁶ Pasta integral amb tomàquet i formatge (1,6,7) Rostit amb salsa de poma Plàtan	¹⁷ Crema de fesols amb carbassó Bacallà amb tomàquet (2,3,4) Fruita variada
²⁰ Bròcoli amb patata Lenties amb moniato (1) Fruita ECO	²¹ Pasta ECO amb salsa d'espínacs i alfàbrega (1,5,6,7) Pollastre rostit amb prunes logurt ecològic	²² Arròs integral amb tomàquet Peix blau amb tempura (de l'1 al 7) Plàtan	²³ Sopa de pasta (1,5) Trita de patata i carbassó (5) Pera	²⁴ Cigrons a la cassola Patata farcida de rostit (5,7) Fruita variada
²⁷ Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de patata (1,7) logurt ECO (7)	²⁸ Minestra de verdures Botifarra amb fesols i tomàquet Poma ECO	²⁹ Llentia a la cassola (1) Pollastre amb xampinyons Mandarina	³⁰ Pasta ECO amb salsa matriciana (1,6) Ous farcits amb beixamel (5,7) Postres especials	³¹ Cigrons amb tomàquet Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Fruita variada

T'INFORMEM

Amanim amb:
 Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda cada dia.

Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant

L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és ECO, arròs del Delta i logurt de la Reula ECO i de proximitat

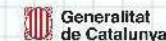
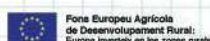
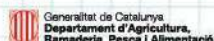
www.mengemdaqui.cat

- 1 Gluten
- 2 Crustacis
- 3 Molluscs
- 4 Peix
- 5 Ous
- 6 Soja
- 7 Llet
- 8 Cacauets
- 9 Fruita seca
- 10 Fruita fresca



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



MES: OCTUBRE 2025

CENTRE EDUCATIU:

CENTRES IAUSA SENSE LÀCTICS



1. SETMANA
2. SETMANA
3. SETMANA
4. SETMANA
5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29 Trinxat de verdura ECO Llom planxa amb tomàquet Compota de poma i plàtan	30 Mongeta blanca amb verdures Bacallà forn amb tomàquet (2,3,4) Fruita ECO	1 Bròcoli saltejat amb all i pernil Trita de patates i ceba (5) Pruna	2 Pasta eco amb salsa napolitana (1,5) Cuixes de pollastres amb verdures Meló	3 Crema de xampinyons Pastis d'arròs i rostit Fruita variada
6 Tavella amb patates i pastanaga Nuggets vegetals (6) Sindria	7 Macarrons ECO amb salsa bolonyesa (1,6) Pollastre amb prunes Compota de poma	8 Llenties amb verdures (1) Trita amb pernil dolç (5) Fruita ECO	9 Arròs llarg amb blat de moro Mandonguilles de porc i vedella amb salsa Pera	10 Crema de carbassó i poma Cua de lluç al forn amb patates (3,4) Fruita variada
13 Cigrons amb tomàquet Trita de carbassó i ceba (5) Compota de poma i plàtan	14 Purè de patata Salsitxa de pollastre Poma ECO	15 Tavella, coliflor i pastanaga Arròs de muntanya Pera	16 Pasta integral amb tomàquet (1,6) Rostit amb salsa de poma Plàtan	17 Crema de fesols amb carbassó Bacallà a la catalana (2,3,4,9) Fruita variada
20 Bròcoli amb patata Llenties amb moniato (1) Fruita ECO	21 Pasta ECO amb salsa napolitana (1,5,6) Pollastre rostit amb prunes Compota de poma	22 Arròs integral amb tomàquet Filet lluç planxa (2,3,4) Plàtan	23 Sopa de pasta (1,5) Trita de patata i carbassó (5) Pera	24 Cigrons a la cassola Patata farcida de rostit (5) Fruita variada
27 Arròs amb salsa de tomàquet Trita francesa Compota poma i plàtan	28 Minestra de verdures Botifarra amb fesols i tomàquet Poma ECO	29 Llentia a la cassola (1) Pollastre amb xampinyons Mandarina	30 Pasta ECO amb salsa matriciana (1,6) Ous farcits amb tomàquet (5) Postres especials	31 Cigrons amb tomàquet Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Fruita variada

T'INFORMEM

Amanim amb:

Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda cada dia.

Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant

L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és ECO, arròs del Delta i logurt de la Reula ECO i de proximitat

www.mengemdaqui.cat

- 1 Gluten
- 2 Crustacis
- 3 Mol·luscs
- 4 Peix
- 5 Ous
- 6 Soja
- 7 Llet
- 8 Cacauets
- 9 Fruita seca
- 10 Fruita fresca



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



Generalitat de Catalunya
Departament d'Agricultura,
Ramaderia, Pesca i Alimentació

Fons Europeu Agrícola
de Desenvolupament Rural:
Europa Investeix en les zones rurals

Consell comarcal
de l'Alt Urgell

Consell comarcal
de la Cerdanya

SOC
Servei d'ocupació
de Catalunya

Generalitat
de Catalunya



MES: OCTUBRE 2025

CENTRE EDUCATIU: CENTRES IAUSA SENSE OU



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
²⁹ Trinxat de verdura ECO Hamburguesa vegetal amb tomàquet (1,7) logurt ECO (7)	³⁰ Mongeta blanca amb verdures Bacallà al forn amb tomàquet (2,3,4) Fruita ECO	¹ Bròcoli saltejat amb all i pernil Llom planxa Prunes	² Pasta eco amb salsa carbonara (1,7) Cuixes de pollastres amb verdures Meló	³ Crema de xampinyons Pastis d'arròs amb formatge i rostit (7) Fruita variada
⁶ Tavella amb patates i pastanaga Nuggets vegetals (6) Síndria	⁷ Macarrons ECO amb salsa bolonyesa (1,6) Pollastre amb prunes logurt ECO (7)	⁸ Llenties amb verdures (1) Llom planxa Fruita ECO	⁹ Arròs llarg amb blat de moro Mandonguilles de porc i vedella amb salsa Pera	¹⁰ Crema de carbassó i poma Cua de lluç al forn amb patates (3,4) Fruita variada
¹³ Cigrons amb tomàquet Pollastre planxa logurt ECO (7)	¹⁴ Gratinat de patata amb formatge local (7) Salsitxa de pollastre Poma ECO	¹⁵ Tavella, coliflor i pastanaga Arròs de muntanya Pera	¹⁶ Pasta integral amb tomàquet i formatge (1,6,7) Rostit amb salsa de poma Plàtan	¹⁷ Crema de fesols amb carbassó Bacallà a la catalana (2,3,4,9) Fruita variada
²⁰ Bròcoli amb patata Llenties amb moniato (1) Fruita ECO	²¹ Pasta ECO amb salsa d'espínacs i alfàbrega (1,6,7) Pollastre rostit amb prunes logurt ecològic	²² Arròs integral amb tomàquet Filet de lluç planxa Plàtan	²³ Sopa amb arròs Llom planxa Pera	²⁴ Cigrons a la cassola Patata farcida de rostit (7) Fruita variada
²⁷ Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de patata (1,7) logurt ECO (7)	²⁸ Minestra de verdures Botifarra amb fesols i tomàquet Poma ECO	²⁹ Llentia a la cassola (1) Pollastre amb xampinyons Mandarina	³⁰ Pasta ECO amb salsa matriciana (1,6) Patata farcida amb beixamel (7) Postres especials	³¹ Cigrons amb tomàquet Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Fruita variada

T'INFORMEM

Amanim amb:
 Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda cada dia.

Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant

L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és ECO, arròs del Delta i logurt de la Reula ECO i de proximitat

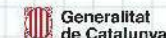
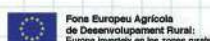
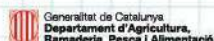
www.mengemdaqui.cat

- ① Gluten
- ④ Soja
- ② Crustacis
- ⑦ Llet
- ③ Molluscs
- ⑧ Cacauets
- ⑥ Peix
- ⑨ Fruita seca
- ⑤ Ous
- ⑩ Fruita fresca



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



MES: OCTUBRE 2025

CENTRE EDUCATIU: CENTRES IAUSA SENSE PORC



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
²⁹ Trinxat de verdura ECO Hamburguesa vegetal amb tomàquet (1,7) logurt ECO (7)	³⁰ Mongeta blanca amb verdures Bunyols de bacallà (de l'1 al 7) Fruita ECO	¹ Bròcoli saltejat amb all Trita de patates i ceba (5) Pruna Prunes	² Pasta eco amb salsa napolitana (1,5,7) Cuixes de pollastres amb verdures Meló	³ Crema de xampinyons Pastis d'arròs amb formatge (7) Fruita variada
⁶ Tavella amb patates i pastanaga Croquetes d'espínacs (de l'1 al 7) Sindria	⁷ Macarrons ECO amb salsa verdures (1,6) Pollastre amb prunes (9) logurt ECO (7)	⁸ Llenties amb verdures (1) Trita amb formatge (5,7) Fruita ECO	⁹ Arròs llarg amb blat de moro Mandonguilles vegetals amb salsa (6) Pera	¹⁰ Crema de carbassó i poma Cua de lluç al forn amb patates (3,4) Fruita variada
¹³ Cigrons amb tomàquet Trita de carbassó i ceba (5) logurt ECO (7)	¹⁴ Gratinat de patata amb formatge local (5,7) Salsitxa de pollastre Poma ECO	¹⁵ Tavella, coliflor i pastanaga Arròs amb verdures Pera	¹⁶ Pasta integral amb tomàquet i formatge (1,6,7) Hamburguesa de pollo Plàtan	¹⁷ Crema de fesols amb carbassó Bacallà a la catalana (2,3,4,9) Fruita variada
²⁰ Bròcoli amb patata Llenties amb moniato (1) Fruita ECO	²¹ Pasta ECO amb salsa d'espínacs i alfàbrega (1,5,6,7) Pollastre rostit amb prunes logurt ecològic	²² Arròs integral amb tomàquet Peix blau amb tempura (de l'1 al 7) Plàtan	²³ Sopa de pasta (1,5) Trita de patata i carbassó (5) Pera	²⁴ Cigrons a la cassola vegetals Patata farcida vegetal (5,7) Fruita variada
²⁷ Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de patata (1,7) logurt ECO (7)	²⁸ Minestra de verdures Salsitxa de pollo fesols i tomàquet Poma ECO	²⁹ Llentia a la cassola (1) Pollastre amb xampinyons Mandarina	³⁰ Pasta ECO amb salsa napolitana (1,6) Ous farcits amb beixamel (5,7) Postres especials	³¹ Cigrons amb tomàquet Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Fruita variada

T'INFORMEM

Amanim amb:
Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda cada dia.

Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant

L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és ECO, arròs del Delta i logurt de la Reula ECO i de proximitat

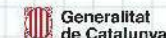
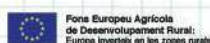
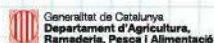
www.mengemdaqui.cat

- 1 Gluten
- 2 Crustacis
- 3 Molluscs
- 4 Peix
- 5 Ous
- 6 Soja
- 7 Llet
- 8 Cacauets
- 9 Fruita seca
- 10 Fruita fresca



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



MES: OCTUBRE 2025

CENTRE EDUCATIU: CENTRES IAUSA SENSE PEIX



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29 Trinxat de verdura ECO Hamburguesa vegetal amb tomàquet (1,7) logurt ECO (7)	30 Mongeta blanca amb verdures Llom planxa Fruita ECO	1 Bròcoli saltejat amb all i pernil Truita de patates i ceba (5) Pruna	2 Pasta eco amb salsa carbonara (1,5,7) Cuixes de pollastres amb verdures Meló	3 Crema de xampinyons Pastis d'arròs amb formatge i rostit (7) Fruita variada
6 Tavella amb patates i pastanaga Nuggets vegetals (6) Síndria	7 Macarrons ECO amb salsa bolonyesa (1,6) Pollastre amb prunes logurt ECO (7)	8 Llenties amb verdures (1) Truita amb pernil dolç i formatge (5,7) Fruita ECO	9 Arròs llarg amb blat de moro Mandonguilles de porc i vedella amb salsa Pera	10 Crema de carbassó i poma Llom planxa Fruita variada
13 Cigrons amb tomàquet Truita de carbassó i ceba (5) logurt ECO (7)	14 Gratinat de patata amb formatge local (5,7) Salsitxa de pollastre Poma ECO	15 Tavella, coliflor i pastanaga Arròs de muntanya Pera	16 Pasta integral amb tomàquet i formatge (1,6,7) Rostit amb salsa de poma Plàtan	17 Crema de fesols amb carbassó Hamburguesa de vedella Fruita variada
20 Bròcoli amb patata Llenties amb moniato (1) Fruita ECO	21 Pasta ECO amb salsa d'espínacs i alfàbrega (1,5,6,7) Pollastre rostit amb prunes logurt ecològic	22 Arròs integral amb tomàquet Salsitxa de pollastre Plàtan	23 Sopa de pasta (1,5) Truita de patata i carbassó (5) Pera	24 Cigrons a la cassola Patata farcida de rostit (5,7) Fruita variada
27 Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de patata (1,7) logurt ECO (7)	28 Minestra de verdures Botifarra amb fesols i tomàquet Poma ECO	29 Llentia a la cassola (1) Pollastre amb xampinyons Mandarina	30 Pasta ECO amb salsa matriciana (1,6) Ous farcits amb beixamel (5,7) Postres especials	31 Cigrons amb tomàquet Hamburguesa de pollastre Fruita variada

T'INFORMEM

Amanim amb:
Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda cada dia.

Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant

L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és ECO, arròs del Delta i logurt de la Reula ECO i de proximitat

www.mengemdaqui.cat

- 1 Gluten
- 2 Crustacis
- 3 Mol·luscs
- 4 Peix
- 5 Ous
- 6 Soja
- 7 Llet
- 8 Cacauets
- 9 Fruita seca
- 10 Fruita fresca



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

