

MESES: DESEMBRE 2025 CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE GLUTEN



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

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Arròs amb tomàquet cirera i alfàbrega Llenties S/G amb verdures logurt ECO	2 Crema de carbassó i poma Trita de patata (5) Mandarina	3 Pasta S/G amb alls i formatge (5,6,7) Filet de lluç a la planxa (2,3,4) Pera	4 Purè de patata i formatge (5,7) Pollastre guisat Poma ECO	5 Verdura de temporada sortint d'olla Cigrons amb costella i pernil Fruita variada
8 FESTIU	9 Arròs amb salsa napolitana Trita a la francesa amb pernil dolç i formatge (5,6,7) logurt ECO	10 Crema de carbassa ECO Salsitxa de pollastre Mandarina	11 Pasta S/G amb salsa d'espínacs (5,6) Hamburguesa mixta amb patates Poma ECO	12 Mongeta seca amb tomàquet Filet de lluç al forn amb patata (2,3,4) Fruita variada
15 Arròs amb carbassó i ceba Cigrons amb tomàquet i xampinyons logurt ECO	16 Macarrons S/G amb salsa de tomàquet (5,6) Fingers de verdures	17 Patata i pèsols Cuixa de pollastre amb samfaina Plàtan	18 Llenties S/G amb cap de llom Trita de carbassó (5) Mandarina	19 Sopa de galets S/G (5,7) Canelons S/G amb beixamel (5,6,7) Neules i torrons (1,5,6,7,9)
22 Pasta S/G amb salsa de verdures (5,6) Trita a la francesa (5) Poma al forn (7)	23 Crema de verdures Llom rostit amb poma Macedònia	24 Llenties S/G a la cassola Pollastre amb prunes logurt ECO	25 NADAL	26 SANT ESTEVE
29 Arròs integral amb verdures Ou ferrat (5) logurt ECO	30 Pasta S/G amb ceba i carbassó (5,6) Pollastre amb xampinyons Fruita variada	31 Cigrons amb verdures Salsitxa amb salsa Fruita variada		

T'INFORMEM

Amanim amb:
Oli verge extra d'oliva de la
cooperativa de la
Granadella, amanida verda
i pa integral cada dia.
Fruita ecològica
d'Ecoladevesa, patates de
Montant
L'aviram és de pollastres
Guiu, tota la pasta es
Ecològica i logurt ECO de
la Reula

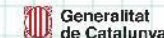
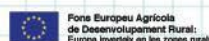
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MESES: DESEMBRE 2025

CENTRE EDUCATIU:

ADPATACIÓ DIETA OVOLACTEOVEGETARIANA



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Arròs amb tomàquet cirera i alfàbrega Llenties amb verdures (1) logurt ECO	2 Crema de carbassó i poma Truita de patata (5) Mandarina	3 Pasta ECO amb alls i formatge (1,6) Barretes de verdures Pera	4 Purè de patata i formatge (5,7) Seitan guisat (1,6) Poma ECO	5 Verdura de temporada sortint d'olla Cigrons amb verdures Fruita variada
8 FESTIU	9 Arròs amb salsa napolitana Truita a la francesa amb formatge (5,6,7) logurt ECO	10 Crema de carbassa ECO Falafel (1) Mandarina	11 Pasta integral amb salsa d'espínacs (1,5,6,7) Hamburguesa vegetal amb patates (1,7) Poma ECO	12 Mongeta seca amb tomàquet Seitan amb salsa (1,6) Fruita variada
15 Arròs amb carbassó i ceba Cigrons amb tomàquet i xampinyons logurt ECO	16 Macarrons ECO amb salsa de tomàquet (1,6) Mossegades vegetals Fruita variada	17 Patata i pèsols Tofu amb samfaina (1,6 i sèsam) Plàtan	18 Llenties amb verdures (1) Truita de carbassó (5) Mandarina	19 Brou vegetal amb galets (1,5,7) Canelons vegetals amb beixamel (1,5,7) Neules i torrons (1,5,6,7,9)
22 Pasta ECO amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa vegetal (1,7) Poma al forn (7)	23 Crema de verdures Seitan amb poma (1,6) Macedònia	24 Llenties a la cassola (1) Tofu amb prunes (1,6 i sèsam) logurt ECO	25 NADAL	26 SANT ESTEVE
29 Arròs integral amb verdures Ou ferrat (5) logurt ECO	30 Pasta ECO amb ceba i carbassó (1,6) Tofu amb xampinyons (1,6 i sèsam) Fruita variada	31 Cigrons amb verdures Falafel amb salsa (1) Fruita variada		

T'INFORMEM

Amanim amb:
Oli verge extra d'oliva de la
cooperativa de la
Granadella, amanida verda
i pa integral cada dia.
Fruita ecològica
d'Ecoladevesa, patates de
Montant
L'aviram és de pollastres
Guiu, tota la pasta es
Ecològica i logurt ECO de
la Reula

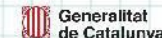
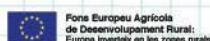
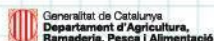
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: DESEMBRE 2025 CENTRE EDUCATIU: ADAPTACIÓ CULTURAL IAUSA



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA	1 Arròs amb tomàquet cirera i alfàbrega Llenties amb verdures (1) logurt ECO	2 Crema de carbassó i poma Trita de patata (5) Mandarina	3 Pasta ECO amb alls i formatge (1,6) Seitó fregit (de l'1 al 7) Pera	4 Puré de patata i formatge (5,7) Pollastre guisat Poma ECO	5 Verdura de temporada sortint d'olla Cigrans vegetals Fruita variada
2. SETMANA	8 FESTIU	9 Arròs amb salsa napolitana Trita a la francesa amb formatge (5,7) logurt ECO	10 Crema de carbassa ECO Salsitxa de pollastre Mandarina	11 Pasta integral amb salsa d'espínacs (1,5,6,7) Hamburguesa de pollastre Poma ECO	12 Mongeta seca amb tomàquet Filet de lluç al forn amb patata (2,3,4) Fruita variada
3. SETMANA	15 Arròs amb carbassó i ceba Cigrans amb tomàquet i xampinyons logurt ECO	16 Macarrons ECO amb salsa de tomàquet (1,6) Bunyols de bacallà (de l'1 al 7)	17 Patata i pèsols Cuixa de pollastre amb samfaina Plàtan	18 Llenties amb verdures (1) Trita de carbassó (5) Mandarina	19 Sopa de galets (1,5,7) Canelons de pollastre amb beixamel (1,5,7) Neules i torrons (1,5,6,7,9)
4. SETMANA	22 Pasta ECO amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa vegetal (1,7) Poma al forn (7)	23 Crema de verdures Filet de pollastre amb poma Macedònia	24 Llenties a la cassola (1) Pollastre amb prunes logurt ECO	25 NADAL	26 SANT ESTEVE
5. SETMANA	29 Arròs integral amb verdures Ou ferrat (5) logurt ECO	30 Pasta ECO amb ceba i carbassó (1,6) Pollastre amb xampinyons Fruita variada	31 Cigrans amb verdures Salsitxa de pollastre amb salsa Fruita variada		

T'INFORMEM

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

Fruita ecològica
d'Ecoladevesa, patates de
Montant

L'aviram és de pollastres
Guiu, tota la pasta es
Ecològica i logurt ECO de
la Reula

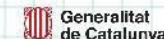
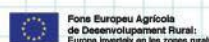
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MESES: DESEMBRE 2025 CENTRE EDUCATIU: ADAPTACIÓ IAUSA SENSE FRUITS SECS



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA	1 Arròs amb tomàquet cirera i alfàbrega Llenties amb verdures (1) logurt ECO	2 Crema de carbassó i poma Truita de patata (5) Mandarina	3 Pasta ECO amb alls i formatge (1,6) Seitó fregit (de l'1 al 7) Pera	4 Puré de patata i formatge (5,7) Pollastre guisat Poma ECO	5 Verdura de temporada sortint d'olla Cigrons amb costella i pernil Fruita variada
2. SETMANA	8 FESTIU	9 Arròs amb salsa napolitana Truita a la francesa amb formatge i pernil dolç (5,6,7) logurt ECO	10 Crema de carbassa ECO Salsitxa de pollastre Mandarina	11 Pasta integral amb salsa d'espínacs (1,5,6,7) Hamburguesa mixta amb patates Poma ECO	12 Mongeta seca amb tomàquet Filet de lluç al forn amb patata (2,3,4) Fruita variada
3. SETMANA	15 Arròs amb carbassó i ceba Cigrons amb tomàquet i xampinyons logurt ECO	16 Macarrons ECO amb salsa de tomàquet (1,6) Bunyols de bacallà (de l'1 al 7)	17 Patata i pèsols Cuixa de pollastre amb samfaina Plàtan	18 Llenties amb cap de llom (1) Truita de carbassó (5) Mandarina	19 Sopa de galets (1,5,7) Canelons amb beixamel (1,5,7) Compota de poma
4. SETMANA	22 Pasta ECO amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa vegetal (1,7) Poma al forn (7)	23 Crema de verdures Rostit de porc amb poma Macedònia	24 Llenties a la cassola (1) Pollastre amb prunes logurt ECO	25 NADAL	26 SANT ESTEVE
5. SETMANA	29 Arròs integral amb verdures Ou ferrat (5) logurt ECO	30 Pasta ECO amb ceba i carbassó (1,6) Pollastre amb xampinyons Fruita variada	31 Cigrons amb verdures Salsitxa amb salsa Fruita variada		

T'INFORMEM

Amanim amb:
Oli verge extra d'oliva de la
cooperativa de la
Granadella, amanida verda
i pa integral cada dia.
Fruita ecològica
d'Ecoladevesa, patates de
Montant
L'aviram és de pollastres
Guiu, tota la pasta es
Ecològica i logurt ECO de
la Reula

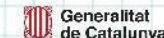
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MESES: DESEMBRE 2025 CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE LÀCTICS



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Arròs amb tomàquet cirera i alfàbrega Llenties amb verdures (1) Compota	2 Crema de carbassó i poma Truita de patata (5) Mandarina	3 Pasta ECO amb alls (1,6) Filet de lluç planxa (2,3,4) Pera	4 Puré de patata Pollastre guisat Poma ECO	5 Verdura de temporada sortint d'olla Cigrons amb costella i pernil Fruita variada
8 FESTIU	9 Arròs amb salsa napolitana Truita a la francesa amb pernil dolç (5,6) Compota	10 Crema de carbassa ECO Salsitxa de pollastre Mandarina	11 Pasta integral amb salsa napolitana (1,6) Hamburguesa mixta amb patates Poma ECO	12 Mongeta seca amb tomàquet Filet de lluç al forn amb patata (2,3,4) Fruita variada
15 Arròs amb carbassó i ceba Cigrons amb tomàquet i xampinyons Compota	16 Macarrons ECO amb salsa de tomàquet (1,6) Finguers vegetals Fruita variada	17 Patata i pèsols Cuixa de pollastre amb samfaina Plàtan	18 Llenties amb cap de llom (1) Truita de carbassó (5) Mandarina	19 Sopa de galets (1,5) Canelons amb tomàquet (1,5) Compota de poma
22 Pasta ECO amb salsa de verdures (1,6) Truita francesa (5) Poma al forn	23 Crema de verdures Llom rostit amb poma Macedònia	24 Llenties a la cassola (1) Pollastre amb prunes Compota	25 NADAL	26 SANT ESTEVE
29 Arròs integral amb verdures Ou ferrat (5) Compota	30 Pasta ECO amb ceba i carbassó (1,6) Pollastre amb xampinyons Fruita variada	31 Cigrons amb verdures Salsitxa amb salsa Fruita variada		

T'INFORMEM

Amanim amb:
 Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda i pa integral cada dia.
 Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant
 L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta es Ecològica i logut ECO de la Reula

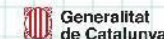
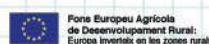
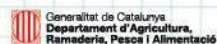
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: DESEMBRE 2025 CENTRE EDUCATIU: ADAPTACIÓ IAUSA SENSE OU



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA	1 Arròs amb tomàquet cirera i alfàbrega Llenties amb verdures (1) logurt ECO	2 Crema de carbassó i poma Hamburguesa de pollo Mandarina	3 Pasta ECO amb alls i formatge (1,6) Filet de lluç (2,3,4) Pera	4 Purè de patata i formatge (7) Pollastre guisat Poma ECO	5 Verdura de temporada sortint d'olla Cigrons amb costella i pernil Fruita variada
2. SETMANA	8 FESTIU	9 Arròs amb salsa napolitana Llom planxa logurt ECO	10 Crema de carbassa ECO Salsitxa de pollastre Mandarina	11 Pasta integral amb salsa d'espínacs (1,5,6,7) Hamburguesa mixta amb patates Poma ECO	12 Mongeta seca amb tomàquet Filet de lluç al forn amb patata (2,3,4) Fruita variada
3. SETMANA	15 Arròs amb carbassó i ceba Cigrons amb tomàquet i xampinyons logurt ECO	16 Macarrons ECO amb salsa de tomàquet (1,6) Fingers vegetals Fruita variada	17 Patata i pèsols Cuixa de pollastre amb samfaina Plàtan	18 Llenties amb cap de llom (1) Hamburguesa de pollo Mandarina	19 Sopa de galets (1,7) Canelons amb beixamel (1,7) Compota de poma
4. SETMANA	22 Pasta ECO amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa vegetal (1,7) Poma al forn (7)	23 Crema de verdures Rostit de porc amb poma Macedònia	24 Llenties a la cassola (1) Pollastre amb prunes logurt ECO	25 NADAL	26 SANT ESTEVE
5. SETMANA	29 Arròs integral amb verdures Filet de pollastre logurt ECO	30 Pasta ECO amb ceba i carbassó (1,6) Pollastre amb xampinyons Fruita variada	31 Cigrons amb verdures Salsitxa amb salsa Fruita variada		

T'INFORMEM

Amanim amb:
Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda i pa integral cada dia.
Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant
L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta es Ecològica i logurt ECO de la Reula

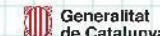
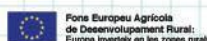
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MESES: DESEMBRE 2025

CENTRE EDUCATIU:

ADAPTACIO IAUSA SENSE PEIX CRUSTÀCIS I MARISCS



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Arròs amb tomàquet cirera i alfàbrega Llenties amb verdures (1) logurt ECO	2 Crema de carbassó i poma Trita de patata (5) Mandarina	3 Pasta ECO amb alls i formatge (1,6) Hamburguesa de pollo Pera	4 Puré de patata i formatge (5,7) Pollastre guisat Poma ECO	5 Verdura de temporada sortint d'olla Cigrons amb costella i pernil Fruita variada
8 FESTIU	9 Arròs amb salsa napolitana Trita a la francesa amb formatge i pernil dolç (5,6,7) logurt ECO	10 Crema de carbassa ECO Salsitxa de pollastre Mandarina	11 Pasta integral amb salsa d'espínacs (1,5,6,7) Hamburguesa mixta amb patates Poma ECO	12 Mongeta seca amb tomàquet Hamburguesa de pollo Fruita variada
15 Arròs amb carbassó i ceba Cigrons amb tomàquet i xampinyons logurt ECO	16 Macarrons ECO amb salsa de tomàquet (1,6) Fingers vegetals Fruita variada	17 Patata i pèsols Cuixa de pollastre amb samfaina Plàtan	18 Llenties amb cap de llom (1) Trita de carbassó (5) Mandarina	19 Sopa de galets (1,5,7) Canelons amb beixamel (1,5,7) Neules i torrons (1,5,6,7,9)
22 Pasta ECO amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa vegetal (1,7) Poma al forn (7)	23 Crema de verdures Rostit de porc amb poma Macedònia	24 Llenties a la cassola (1) Pollastre amb prunes logurt ECO	25 NADAL	26 SANT ESTEVE
29 Arròs integral amb verdures Ou ferrat (5) logurt ECO	30 Pasta ECO amb ceba i carbassó (1,6) Pollastre amb xampinyons Fruita variada	31 Cigrons amb verdures Salsitxa amb salsa Fruita variada		

T'INFORMEM

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

Fruita ecològica
d'Ecoladevesa, patates de
Montant

L'aviram és de pollastres
Guiu, tota la pasta es
Ecològica i logurt ECO de
la Reula

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:

