

MES: FEBRER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE GLUTEN



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DIJOURS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DI VENDRES
2 Lenties sense gluten amb verdures Truita a la francesa (5) logurt ECO (7)	3 Espirals sense gluten amb salsa carbonara (5,6,7) Pollastre rostit al forn Poma ECO	4 Amanida d'enciam, maionesa i pollastre (5) Arròs a la cubana (5)	5 Sopa de pasta sense gluten (5,6) Filet de lluç amb salsa verda (2,3,4) Mandarina	6 Mongeta blanca sortint d'olla Salsitxa al forn amb tomàquet Fruita variada
9 Crema de coliflor, porro i carbassó Arròs a la milanesa (5) Taronja	10 Pasta sense gluten amb salsa de verdures (5,6) Hamburguesa de pollastre Poma ECO	11 Trinxat amb verdura ECO Cua de bacallà a la catalana (2,3,4,9) Pera	12 DIJOURS GRAS Ous farcits (4,5,7) Brotxeta de magre de porc i botifarra d'ou logurt ECO (7)	13 Lenties sense gluten amb pastanaga i carbassó Croquetes sense gluten (de l'2 al 7) Fruita variada
16 FESTIU	17 FESTIU	18 Arròs integral amb salsa de tomàquet Salsitxa de pollastre Poma ECO	19 Macarrons sense gluten amb salsa napolitana (5,6) Truita de carbassó (5) logurt ECO (7)	20 Crema de pèsols i alfàbrega Patata farcida amb vedella Eco (7) Fruita variada
23 Cigrons amb tomàquet i xampinyons Truita de patata i ceba (5) Poma ECO	24 Pasta sense gluten amb oli d'alls i formatge (5,6,7) Cuixa de pollastre amb verdures logurt ECO (7)	25 Crema de pastanaga, carbassó i porro Arròs de muntanya Taronja	26 Purè de patata i formatge (7) Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Plàtan	27 Coliflor gratinada (7) Lenties sense gluten pernil i xoriç Fruita variada

T'INFORMEM

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

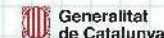
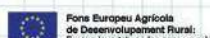
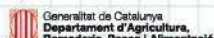
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: FEBRER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA MENU CULTURAL



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

DIJOURS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DI VENDRES
2 Llenties amb verdures (1) Hamburguesa vegetal (1,7) logurt ECO (7)	3 Espirals ECO amb salsa napolitana (1,6) Pollastre rostit al forn Poma ECO	4 Amanida d'enciam, maionesa i pollastre (5) Arròs a la cubana (5) Plàtan	5 Sopa de pasta (1,6) Filet de lluç amb salsa verda (2,3,4) Mandarina	6 Mongeta blanca sortint d'olla Salsitxa de pollastre amb tomàquet Fruita variada
9 Crema de coliflor, porro i carbassó Arròs a la milanesa (5) Taronja	10 Espagueti integral amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa de pollastre Poma ECO	11 Trinxat amb verdura ECO Cua de bacallà a la catalana (2,3,4,9) Pera	12 DIJOURS GRAS Ous farcits (4,5,7) Brotxeta de pollastre logurt ECO (7)	13 Llenties amb pastanaga i carbassó (1) Croquetes de pollastre (de l'1 al 7) Fruita variada
16 FESTIU	17 FESTIU	18 Arròs integral amb salsa de tomàquet Salsitxa de pollastre Poma ECO	19 Macarrons ECO amb salsa napolitana (1,6) Trita de carbassó (5) logurt ECO (7)	20 Crema de pèsols i alfàbrega Patata farcida amb verdures (7) Fruita variada
23 Cigrons amb tomàquet i xampinyons Trita de patata i ceba (5) Poma ECO	24 Pasta ECO amb oli d'alls i formatge (1,5,7) Cuixa de pollastre amb verdures logurt ECO (7)	25 Crema de pastanaga, carbassó i porro Arròs amb verdures Taronja	26 Purè de patata i formatge (7) Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Plàtan	27 Coliflor gratinada (7) Llenties amb verdures (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.
Ous de proximitat,
Fruita ecològica
d'Ecoladevesa, patates de Montant i vedella de Coopyrene
L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és Ecològica i logurt ECO de la Reula

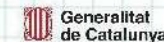
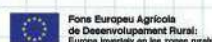
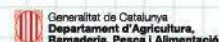
www.mengemdaqui.cat

- 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: FEBRER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ OVOLACTEOVEGETARIANA



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

DI LLUNS	DI MARTS	DI ME cres	DI JOUS	DI VENDRES
2 Llenties amb verdures (1) Hamburguesa vegetal (1,7) logurt ECO (7)	3 Espirals ECO amb salsa napolitana (1,6,7) Seitan amb salsa (1,6) Poma ECO	4 Amanida amb formatge (7) Arròs a la cubana (5) Plàtan	5 Sopa de pasta (1,6) Barreta vegetal Mandarina	6 Mongeta blanca sortint d'olla Tofu amb tomàquet (1,6 i sèsam) Fruita variada
9 Crema de coliflor, porro i carbassó Arròs a la milanesa (5) Taronja	10 Espagueti integral amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa vegetal (1,7) Poma ECO	11 Trinxat amb verdura ECO Seitan a la catalana (1,6) Pera	12 DIJOUS GRAS Ous farcits (5,7) Brotxeta de verdures i tofu (1,6 i sèsam) logurt ECO (7)	13 Llenties amb pastanaga i carbassó (1) Croquetes d'espínacs (de l'1 al 7) Fruita variada
16 FESTIU	17 FESTIU	18 Arròs integral amb salsa de tomàquet Falafel (1) Poma ECO	19 Macarrons ECO amb salsa napolitana (1,6) Trita de carbassó (5) logurt ECO (7)	20 Crema de pèsols i alfàbrega Patata farcida amb verdures i tofu (6,7) Fruita variada
23 Cigrons amb tomàquet i xampinyons Trita de patata i ceba (5) Poma ECO	24 Pasta Eco amb oli d'alls i formatge (1,5,7) Seitan amb verdures (1,6) logurt ECO (7)	25 Crema de pastanaga, carbassó i porro Arròs amb verdures Taronja	26 Purè de patata i formatge (7) Barretes vegetals Plàtan	27 Coliflor gratinada (7) Llenties amb verdures (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.
Ous de proximitat,
Fruita ecològica
d'Ecoladevesa, patates de Montant i vedella de Coopyrene
L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és Ecològica i logurt ECO de la Reula

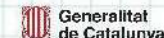
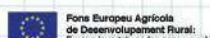
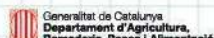
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: FEBRER

CENTRE EDUCATIU: ADAPTACIÓ SENSE FRUITS SECS



T'INFORMEM

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

www.mengemdaqui.cat

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

	DIJOURS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DI VENDRES
1. SETMANA	Llenties amb verdures ² (1) Hamburguesa vegetal (1,7) logurt ECO (7)	Espirals ECO amb salsa carbonara (1,6,7) Pollastre rostit al forn Poma ECO	Amanida d'enciam, maionesa i pollastre (5) Arròs a la cubana (5) Plàtan	Sopa de pasta (1,6) Filet de lluç amb salsa verda (2,3,4) Mandarina	Mongeta blanca sortint d'olla Salsitxa al forn amb tomàquet Fruita variada
2. SETMANA	Crema de coliflor, porro i carbassó Arròs a la milanesa (5) Taronja	Espagueti integral amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa de pollastre Poma ECO	Trinxat amb verdura ECO Cua de bacallà amb tomàquet (2,3,4) Pera	DIJOURS GRAS ¹² Ous farcits (4,5,7) Brotxeta de magre de porc i botifarra d'ou logurt ECO (7)	Llenties amb pastanaga i carbassó (1) Croquetes variades (de l'1 al 7) Fruita variada
3. SETMANA	FESTIU ¹⁶	FESTIU ¹⁷	Arròs integral amb salsa de tomàquet Salsitxa de pollastre Poma ECO	Macarrons ECO amb salsa napolitana (1,6) Trita de carbassó (5) logurt ECO (7)	Crema de pèsols i alfàbrega Patata farcida amb vedella Eco (7) Fruita variada
4. SETMANA	Cigrons amb tomàquet i xampinyons Trita de patata i ceba (5) Poma ECO	Pasta ECO amb oli d'alls i formatge (1,5,7) Cuixa de pollastre amb verdures logurt ECO (7)	Crema de pastanaga, carbassó i porro Arròs de muntanya Taronja	Purè de patata i formatge (7) Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Plàtan	Coliflor gratinada (7) Llenties amb pernil i xoriç (1)
5. SETMANA					



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



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

Fons Europeu Agrícola
 de Desenvolupament Rural
 Europa Investint en les zones rurals



SOC
 Servei d'Ocupació
 de Catalunya

Generalitat
 de Catalunya



MES: FEBRER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE LÀCTICS



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

DIJLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Lenties amb verdures (1) Truita francesa (5) Compota de poma	3 Espirals ECO amb salsa napolitana (1,6) Pollastre rostit al forn Poma ECO	4 Amanida d'enciam, maionesa i pollastre (5) Arròs a la cubana (5)	5 Sopa de pasta (1,6) Filet de lluç amb salsa verda (2,3,4) Mandarina	6 Mongeta blanca sortint d'olla Salsitxa al forn amb tomàquet Fruita variada
9 Crema de coliflor, porro i carbassó Arròs a la milanesa (5) Taronja	10 Espagueti integral amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa de pollastre Poma ECO	11 Trinxat amb verdura ECO Cua de bacallà a la catalana (2,3,4,9) Pera	12 DIJOUS GRAS Ous farcits (4,5) Brotxeta de magre de porc Compota de poma	13 Lenties amb pastanaga i carbassó (1) Barretes vegetals Fruita variada
16 FESTIU	17 FESTIU	18 Arròs integral amb salsa de tomàquet Salsitxa de pollastre Poma ECO	19 Macarrons ECO amb salsa napolitana (1,6) Truita de carbassó (5) Compota de poma	20 Crema de pèsols i alfàbrega Patata farcida amb vedella Eco Fruita variada
23 Cigrons amb tomàquet i xampinyons Truita de patata i ceba (5) Poma ECO	24 Pasta Eco amb oli d'alls (1,5) Cuixa de pollastre amb verdures logurt ECO (7)	25 Crema de pastanaga, carbassó i porro Arròs de muntanya Taronja	26 Puré de patata i Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Plàtan	27 Coliflor vapor Lenties amb pernil i xoriç (1)

T'INFORMEM

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

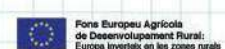
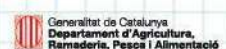
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: FEBRER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE OU



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DI LLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DI VENDRES
2 Llenties amb verdures (1) Hamburguesa vegetal (1,7) logurt ECO (7)	3 Espirals ECO amb salsa carbonara (1,6,7) Pollastre rostit al forn Poma ECO	4 Amanida d'enciam, i pollastre Arròs amb salsa de tomàquet Plàtan	5 Sopa de pasta (1,6) Filet de lluç amb salsa verda (2,3,4) Mandarina	6 Mongeta blanca sortint d'olla Salsitxa al forn amb tomàquet Fruita variada
9 Crema de coliflor, porro i carbassó Arròs a la milanesa (5) Taronja	10 Espagueti integral amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa de pollastre Poma ECO	11 Trinxat amb verdura ECO Cua de bacallà a la catalana (2,3,4,9) Pera	12 DIJOUS GRAS Patata farcida (7) Brotxeta amb magre de porc logurt ECO (7)	13 Llenties amb pastanaga i carbassó (1) Filet de pollastre Fruita variada
16 FESTIU	17 FESTIU	18 Arròs integral amb salsa de tomàquet Salsitxa de pollastre Poma ECO	19 Macarrons ECO amb salsa napolitana (1,6) Llom a la planxa logurt ECO (7)	20 Crema de pèsols i alfàbrega Patata farcida amb vedella Eco (7) Fruita variada
23 Cigrons amb tomàquet i xampinyons Hamburguesa de pollastre Poma ECO	24 Pasta ECO amb oli d'all i formatge (1,7) Cuixa de pollastre amb verdures logurt ECO (7)	25 Crema de pastanaga, carbassó i porro Arròs de muntanya Taronja	26 Purè de patata i formatge (7) Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Plàtan	27 Coliflor gratinada (7) Llenties amb pernil i xoriç (1)

T'INFORMEM

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

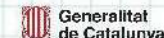
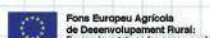
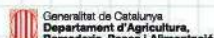
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: FEBRER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE PEIX



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DI LLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DI VENDRES
2 Llenties amb verdures (1) Hamburguesa vegetal (1,7) logurt ECO (7)	3 Espirals ECO amb salsa carbonara (1,6,7) Pollastre rostit al forn Poma ECO	4 Amanida d'enciam, maionesa i pollastre (5) Arròs a la cubana (5) Plàtan	5 Sopa de pasta (1,6) Finguers de verdures Mandarina	6 Mongeta blanca sortint d'olla Salsitxa al forn amb tomàquet Fruita variada
9 Crema de coliflor, porro i carbassó Arròs a la milanesa (5) Taronja	10 Espagueti integral amb salsa de verdures (1,6) Hamburguesa de pollastre Poma ECO	11 Trinxat amb verdura ECO Filet de pollastre Pera	12 DIJOUS GRAS Ous farcits (5,7) Brotxeta de magre de porc i botifarra d'ou logurt ECO (7)	13 Llenties amb pastanaga i carbassó (1) Falafel (1) Fruita variada
16 FESTIU	17 FESTIU	18 Arròs integral amb salsa de tomàquet Salsitxa de pollastre Poma ECO	19 Macarrons ECO amb salsa napolitana (1,6) Trita de carbassó (5) logurt ECO (7)	20 Crema de pèsols i alfàbrega Patata farcida amb vedella Eco (7) Fruita variada
23 Cigrons amb tomàquet i xampinyons Trita de patata i ceba (5) Poma ECO	24 Pasta ECO amb oli d'alls i formatge (1,5,7) Cuixa de pollastre amb verdures logurt ECO (7)	25 Crema de pastanaga, carbassó i porro Arròs de muntanya Taronja	26 Puré de patata i formatge (7) Hamburguesa de pollo Plàtan	27 Coliflor gratinada (7) Llenties amb pernil i xoriç (1)

T'INFORMEM

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

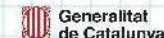
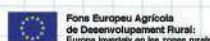
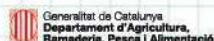
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: FEBRER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE SOJA



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

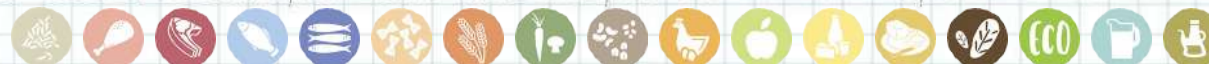
DIJOURS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DI VENDRES
1. Llenties amb verdures (1) Hamburguesa vegetal (1,7) logurt ECO (7)	2. Espirals ECO amb salsa carbonara (1,6,7) Pollastre rostit al forn Poma ECO	3. Amanida d'enciam, maionesa i pollastre (5) Arròs a la cubana (5) Plàtan	4. Sopa amb arròs Filet de lluç amb salsa verda (2,3,4) Mandarina	5. Mongeta blanca sortint d'olla Salsitxa al forn amb tomàquet Fruita variada
6. Crema de coliflor, porro i carbassó Arròs a la milanesa (5) Taronja	7. Espagueti amb salsa de verdures (1) Hamburguesa de pollastre Poma ECO	8. Trinxat amb verdura ECO Cua de bacallà a la catalana (2,3,4,9) Pera	9. DIJOURS GRAS Ous farcits (4,5,7) Brotxeta de magre de porc i botifarra d'ou logurt ECO (7)	10. Llenties amb pastanaga i carbassó (1) Falafel (1) Fruita variada
11. FESTIU	12. FESTIU	13. Arròs integral amb salsa de tomàquet Salsitxa de pollastre Poma ECO	14. Macarrons amb salsa napolitana (1) Trita de carbassó (5) logurt ECO (7)	15. Crema de pèsols i alfàbrega Patata farcida amb vedella Eco (7) Fruita variada
16. Cigrons amb tomàquet i xampinyons Trita de patata i ceba (5) Poma ECO	17. Pasta amb oli d'all i formatge (1,7) Cuixa de pollastre amb verdures logurt ECO (7)	18. Crema de pastanaga, carbassó i porro Arròs de muntanya Taronja	19. Puré de patata i formatge (7) Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Plàtan	20. Coliflor gratinada (7) Llenties amb pernil i xoriç (1)

T'INFORMEM

Amanim amb:
Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda i pa integral cada dia.
Ous de proximitat,
Fruita ecològica
d'Ecoladevesa, patates de Montant i vedella de Coopyrene
L'aviram és de pollastres Guiu, tota la pasta és 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:

