

MES: GENER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE GLUTEN



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

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 FESTIU	2 Trinxat de verdura Eco Lluç al forn amb verdures (2,3,4) Fruita variada
5 Crema de carbassó Truita de patates amb pa sense gluten i tomàquet (6,5) Taronja amb panses	6 FESTIU	7 Llenties S/G amb verdures Gall d'indi amb salsa de llimona Poma ECO	8 Pasta S/G amb salsa de tomàquet (5,6) Croquetes sense gluten (del 2 al 7) iogurt ECO	9 Arròs amb sofregit de carbassó i ceba Cuixa de pollastre amb verdures Fruita variada
12 Trinxat amb verdura ECO Cigrons amb tomàquet Mandarina	13 Pasta S/G amb salsa napolitana (5,6) Truita de carbassó (5) iogurt ECO	14 Crema de carbassa ECO Llom rostit amb salsa de poma Plàtan	15 Mongeta blanca sortint d'olla Pollastre rostit Poma ECO	16 Arròs amb tomàquet Filet de lluç amb salsa (2,3,4) Fruita variada
19 Llenties S/G amb carbassó i pastanaga Fingers de verdures Plàtan	20 Patata guisada Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Poma ECO	21 Arròs integral amb herbes Truita a la francesa amb formatge (5,7) Taronja	22 Verdura de temporada sortint d'olla Cuixa de pollastre amb prunes (9) iogurt ECO	23 Pasta S/G amb oli, alfàbrega i formatge (5,6,7) Cigrons amb costella i salsitxa Fruita variada
26 Crema de xampinyons Truita de patata i ceba (5) Poma ECO	27 Llenties S/G amb moniato Filet de pollastre amb salsa de cítrics iogurt ECO	28 Pèsol, pastanaga, carbassó i patata Arròs a la cassola amb sèpia (2,3,4) Plàtan	29 Pasta S/G amb salsa carbonara (5,6,7) Mandonguilles amb samfaina Mandarina	30 Pastis de patata i formatge (7) Bacallà a la catalana (2,3,4,9) 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 iogurt ECO de la Reula

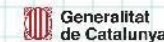
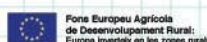
www.mengemdaqui.cat

- 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: GENER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ OVOLACTEOVEGETARIANS



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

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 FESTIU	2 Trinxat de verdura Eco Tofu amb verdures (1,6 i sèsam) Fruita variada
5 Crema de carbassó Truita de patates amb pa i tomàquet (5) Taronja amb panses (9)	6 FESTIU	7 Llenties amb verdures (1) Tofu amb salsa de llimona (1,6 i sèsam) Poma ECO	8 Pasta ecològica amb salsa de tomàquet (1,6) Falafel (1) logurt ECO	9 Arròs amb sofregit de carbassó i ceba Seitan amb verdures (1,6) Fruita variada
12 Trinxat amb verdura ECO Cigrons amb tomàquet Mandarina	13 Pasta integral amb salsa napolitana (1,6) Truita de carbassó (5) logurt ECO	14 Crema de carbassa ECO Tofu amb salsa de poma (1,6 i sèsam) Plàtan	15 Mongeta blanca sortint d'olla Seitan rostit (1,6) Poma ECO	16 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal (1,7) Fruita variada
19 Llenties amb carbassó i pastanaga (1) Fingers de verdures Plàtan	20 Patata guisada Tofu amb verdures (1,6 i sèsam) Poma ECO	21 Arròs integral amb herbes Truita a la francesa amb formatge (5,7) Taronja	22 Verdura de temporada sortint d'olla Seitan amb prunes (1,6) logurt ECO	23 Pasta ECO amb oli, alfàbrega i formatge (1,6,7) Cigrons amb verdures Fruita variada
26 Crema de xampinyons Truita de patata i ceba (5) Poma ECO	27 Llenties amb moniato (1) Hamburguesa vegetal (1,7) logurt ECO	28 Pèsol, pastanaga, carbassó i patata Arròs amb tomàquet Plàtan	29 Pasta ECO amb salsa tomàquet (1,6,7) Falafel amb samfaina (1) Mandarina	30 Pastis de patata i formatge (7) Seitan a la catalana (1,6,9) 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

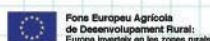
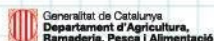
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: GENER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA MENÚ CULTURAL



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			¹ FESTIU	² Trinxat de verdura Eco SENSE PORC Lluç al forn amb verdures (2,3,4) Fruita variada
⁵ Crema de carbassó Truita de patates amb pa i tomàquet (1,5) Taronja amb panses (9)	⁶ FESTIU	⁷ Llenties amb verdures (1) Gall d'indi amb salsa de llimona Poma ECO	⁸ Pasta ecològica amb salsa de tomàquet (1,6) Bunyols de bacallà (de l'1 al 7) iogurt ECO	⁹ Arròs amb sofregit de carbassó i ceba Cuixa de pollastre amb verdures Fruita variada
¹² Trinxat amb verdura ECO Cigrons amb tomàquet Mandarina	¹³ Pasta integral amb salsa napolitana (1,6) Truita de carbassó (5) iogurt ECO	¹⁴ Crema de carbassa ECO Hamburguesa de pollastre salsa de poma Plàtan	¹⁵ Mongeta blanca sortint d'olla Pollastre rostit Poma ECO	¹⁶ Arròs amb tomàquet Seitó amb tempura (de l'1 al 7) Fruita variada
¹⁹ Llenties amb carbassó i pastanaga (1) Fingers de verdures Plàtan	²⁰ Patata guisada SENSE PORC Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Poma ECO	²¹ Arròs integral amb herbes Truita a la francesa amb formatge (5,7) Taronja	²² Verdura de temporada sortint d'olla Cuixa de pollastre amb prunes (9) iogurt ECO	²³ Pasta ECO amb oli, alfàbrega i formatge (1,6,7) Cigrons vegetals Fruita variada
²⁶ Crema de xampinyons Truita de patata i ceba (5) Poma ECO	²⁷ Llenties amb moniato (1) Filet de pollastre amb salsa de cítrics iogurt ECO	²⁸ Pèsol, pastanaga, carbassó i patata Arròs a la cassola amb sèpia (2,3,4) Plàtan	²⁹ Pasta ECO amb salsa carbonara (1,6,7) Falafel amb samfaina (1) Mandarina	³⁰ Pastis de patata i formatge (7) Bacallà a la catalana (2,3,4,9) 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 iogurt ECO de la Reula

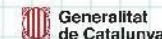
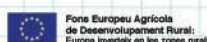
www.mengemdaqui.cat

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



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:



MES: GENER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE FRUITS SECS



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

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 FESTIU	2 Trinxat de verdura Eco Lluç al forn amb verdures (2,3,4) Fruita variada
5 Crema de carbassó Trita de patates amb pa i tomàquet (1,5) Taronja amb panses (9)	6 FESTIU	7 Llenties amb verdures (1) Gall d'indi amb salsa de llimona Poma ECO	8 Pasta ecològica amb salsa de tomàquet (1,6) Bunyols de bacallà (de l'1 al 7) iogurt ECO	9 Arròs amb sofregit de carbassó i ceba Cuixa de pollastre amb verdures Fruita variada
12 Trinxat amb verdura ECO Cigrans amb tomàquet Mandarina	13 Pasta integral amb salsa napolitana (1,6) Trita de carbassó (5) iogurt ECO	14 Crema de carbassa ECO Llom rostit amb salsa de poma Plàtan	15 Mongeta blanca sortint d'olla Pollastre rostit Poma ECO	16 Arròs amb tomàquet Seitó amb tempura (de l'1 al 7) Fruita variada
19 Llenties amb carbassó i pastanaga (1) Fingers de verdures Plàtan	20 Patata guisada Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Poma ECO	21 Arròs integral amb herbes Trita a la francesa amb formatge (5,7) Taronja	22 Verdura de temporada sortint d'olla Cuixa de pollastre amb salsa iogurt ECO	23 Pasta ECO amb oli, alfàbrega i formatge (1,6,7) Cigrans amb costella i salsitxa Fruita variada
26 Crema de xampinyons Trita de patata i ceba (5) Poma ECO	27 Llenties amb moniato (1) Filet de pollastre amb salsa de cítrics iogurt ECO	28 Pèsol, pastanaga, carbassó i patata Arròs a la cassola amb sèpia (2,3,4) Plàtan	29 Pasta ECO amb salsa carbonara (1,6,7) Mandonguilles amb samfaina Mandarina	30 Pastis de patata i formatge (7) Bacallà amb tomàquet (2,3,4) 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 iogurt ECO de la Reula

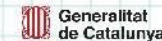
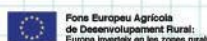
www.mengemdaqui.cat

- 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: GENER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE LÀCTICS



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 FESTIU	2 Trinxat de verdura Eco Lluç al forn amb verdures (2,3,4) Fruita variada
5 Crema de carbassó Trita de patates amb pa i tomàquet (1,5) Taronja amb panses (9)	6 FESTIU	7 Llenties amb verdures (1) Gall d'indi amb salsa de llimona Poma ECO	8 Pasta ecològica amb salsa de tomàquet (1,6) Hamburguesa de pollo Compota de poma	9 Arròs amb sofregit de carbassó i ceba Cuixa de pollastre amb verdures Fruita variada
12 Trinxat amb verdura ECO Cigrons amb tomàquet Mandarina	13 Pasta integral amb salsa napolitana (1,6) Trita de carbassó (5) Compota de poma	14 Crema de carbassa ECO Llom rostit amb salsa de poma Plàtan	15 Mongeta blanca sortint d'olla Pollastre rostit Poma ECO	16 Arròs amb tomàquet Filet de lluç amb salsa (2,3,4) Fruita variada
19 Llenties amb carbassó i pastanaga Fingers de verdures Plàtan	20 Patata guisada Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Poma ECO	21 Arròs integral amb herbes Trita a la francesa amb pernil dolç (5,6) Taronja	22 Verdura de temporada sortint d'olla Cuixa de pollastre amb prunes (9) Compota de poma	23 Pasta ECO amb oli, alfàbrega (1,6) Cigrons amb costella i salsitxa Fruita variada
26 Crema de xampinyons Trita de patata i ceba (5) Poma ECO	27 Llenties amb moniato (1) Filet de pollastre amb salsa de cítrics Compota de poma	28 Pèsol, pastanaga, carbassó i patata Arròs a la cassola amb sèpia (2,3,4) Plàtan	29 Pasta ECO amb salsa napolitana (1,6) Mandonguilles amb samfaina Mandarina	30 Pastis de patata Bacallà a la catalana (2,3,4,9) 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

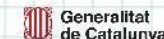
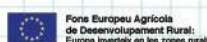
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: GENER

CENTRE EDUCATIU: IAUSA ADAPTACIÓ SENSE OU



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

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 FESTIU	2 Trinxat de verdura Eco Lluç al forn amb verdures (2,3,4) Fruita variada
5 Crema de carbassó Hamburguesa de pollo amb pa i tomàquet (1) Taronja amb panses (9)	6 FESTIU	7 Llenties amb verdures (1) Gall d'indi amb salsa de llimona Poma ECO	8 Pasta ecològica amb salsa de tomàquet (1,6) Salsitxa de porc logurt ECO	9 Arròs amb sofregit de carbassó i ceba Cuixa de pollastre amb verdures Fruita variada
12 Trinxat amb verdura ECO Cigrons amb tomàquet Mandarina	13 Pasta integral amb salsa napolitana (1,6) Hamburguesa de pollo logurt ECO	14 Crema de carbassa ECO Llom rostit amb salsa de poma Plàtan	15 Mongeta blanca sortint d'olla Pollastre rostit Poma ECO	16 Arròs amb tomàquet Filet de lluç amb salsa (2,3,4) Fruita variada
19 Llenties amb carbassó i pastanaga Fingers de verdures Plàtan	20 Patata guisada Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Poma ECO	21 Arròs integral amb herbes Hamburguesa de vedella Taronja	22 Verdura de temporada sortint d'olla Cuixa de pollastre amb prunes (9) logurt ECO	23 Pasta ECO amb oli, alfàbrega i formatge (1,6,7) Cigrons amb costella i salsitxa Fruita variada
26 Crema de xampinyons Hamburguesa vegetal (1,7) Poma ECO	27 Llenties amb moniato (1) Filet de pollastre amb salsa de cítrics logurt ECO	28 Pèsol, pastanaga, carbassó i patata Arròs a la cassola amb sèpia (2,3,4) Plàtan	29 Pasta ECO amb salsa carbonara (1,6,7) Mandonguilles amb samfaina Mandarina	30 Pastis de patata i formatge (7) Bacallà a la catalana (2,3,4,9) 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

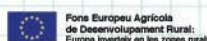
www.mengemdaqui.cat

- 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:



MES: GENER

CENTRE EDUCATIU:

IAUSA ADAPTACIÓ SENSE PEIX,
MOL·LUSCS I CRUSTACIS



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

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 FESTIU	2 Trinxat de verdura Eco Hamburguesa de pollastre Fruita variada
5 Crema de carbassó Truita de patates amb pa i tomàquet (5) Taronja amb panses (9)	6 FESTIU	7 Llenties amb verdures (1) Gall d'indi amb salsa de llimona Poma ECO	8 Pasta ecològica amb salsa de tomàquet (1,6) Hamburguesa de pollo iogurt ECO	9 Arròs amb sofregit de carbassó i ceba Cuixa de pollastre amb verdures Fruita variada
12 Trinxat amb verdura ECO Cigrons amb tomàquet Mandarina	13 Pasta integral amb salsa napolitana (1,6) Truita de carbassó (5) iogurt ECO	14 Crema de carbassa ECO Llom rostit amb salsa de poma Plàtan	15 Mongeta blanca sortint d'olla Pollastre rostit Poma ECO	16 Arròs amb tomàquet Hamburguesa de pollo Fruita variada
19 Llenties amb carbassó i pastanaga Fingers de verdures Plàtan	20 Patata guisada Hamburguesa de vedella Poma ECO	21 Arròs integral amb herbes Truita a la francesa amb formatge (5,7) Taronja	22 Verdura de temporada sortint d'olla Cuixa de pollastre amb prunes (9) iogurt ECO	23 Pasta ECO amb oli, alfàbrega i formatge (1,6,7) Cigrons amb costella i salsitxa Fruita variada
26 Crema de xampinyons Truita de patata i ceba (5) Poma ECO	27 Llenties amb moniato (1) Filet de pollastre amb salsa de cítrics iogurt ECO	28 Pèsol, pastanaga, carbassó i patata Arròs amb tomàquet i pernil Plàtan	29 Pasta ECO amb salsa carbonara (1,6,7) Mandonguilles amb samfaina Mandarina	30 Pastis de patata i formatge (7) Salsitxa de porc amb tomàquet 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 iogurt ECO de
la Reula

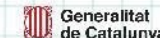
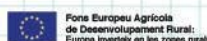
www.mengemdaqui.cat

- 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: GENER

CENTRE EDUCATIU: ADAPTACIÓ SENSE SOJA



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

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 FESTIU	2 Trinxat de verdura Eco Lluç al forn amb verdures (2,3,4) Fruita variada
5 Crema de carbassó Trita de patates amb pa i tomàquet (5) Taronja amb panses (9)	6 FESTIU	7 Llenties amb verdures (1) Gall d'indi amb salsa de llimona Poma ECO	8 Pasta amb salsa de tomàquet (1) Hamburguesa de pollo logurt ECO	9 Arròs amb sofregit de carbassó i ceba Cuixa de pollastre amb verdures Fruita variada
12 Trinxat amb verdura ECO Cigrons amb tomàquet Mandarina	13 Pasta amb salsa napolitana (1) Trita de carbassó (5) logurt ECO	14 Crema de carbassa ECO Llom rostit amb salsa de poma Plàtan	15 Mongeta blanca sortint d'olla Pollastre rostit Poma ECO	16 Arròs amb tomàquet Filet de lluç amb salsa (2,3,4) Fruita variada
19 Llenties amb carbassó i pastanaga Finguers de verdures (conté llegums) Plàtan	20 Patata guisada Filet de lluç amb verdures (2,3,4) Poma ECO	21 Arròs integral amb herbes Trita a la francesa amb formatge (5,7) Taronja	22 Verdura de temporada sortint d'olla Cuixa de pollastre amb prunes (9) logurt ECO	23 Pasta amb oli, alfàbrega i formatge (1,7) Cigrons amb costella i salsitxa Fruita variada
26 Crema de xampinyons Trita de patata i ceba (5) Poma ECO	27 Llenties amb moniato (1) Filet de pollastre amb salsa de cítrics logurt ECO	28 Pèsol, pastanaga, carbassó i patata Arròs a la cassola amb sèpia (2,3,4) Plàtan	29 Pasta amb salsa carbonara (1,7) Mandonguilles amb samfaina Mandarina	30 Pastis de patata i formatge (7) Bacallà a la catalana (2,3,4,9) 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:

