MES: NOVEMBRE'26 **CENTRE EDUCATIU:** ESCOLA MIRET I SANS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a SETMANA	**2** FESTIU	**3** Llenties guisades Lluç al forn* *(4)* Fruita *(10)*	**4 – *Pa integral*** Amanida d'arròs integral Ous farcits* *(4, 5)* Mató *(7)*	**5** Pasta integral amb bolets *(1)* Salsitxa de pollastre amb tomata* Fruita *(10)*	**6– *Pa integral*** Verdura de patata i mongeta verda Tonyina amb tomata al forn (4) | Macedònia *(10)*
2a SETMANA	**9 - *Pa integral*** Cigrons amb espinacs Truita de patata i porro Fruita *(10)*	**10** Remenat d'espàrrecs i alls tendres *(5)* Bacallà al forn amb llimona * *(4)* | Fruita *(10)*	**11 – *Pa integral*** Amanida de pasta int. amb tomata Hamburguesa vegetal * Iogurt *(7)*	**12** Llenties guisades amb verdures Pollastre a la planxa* *(4)* Fruita *(10)*	**13** Arròs integral amb bolets Vedella estofada amb guarnició d'ou dur *(5)* Fruita *(10)*
3a SETMANA	**16 – *Pa integral*** Puré de carabassó Hummus amb pastanaga Fruita *(10)*	**17** Arròs integral amb bolets i verdures Salmó al forn* *(4)* Fruita *(10)*	**18 – *Pa integral*** Crema de pèsols *(7)* Truita de moniato* Mató *(7)*	**19** Puré de patata Pit de pollastre amb carxofes* | Fruita *(10)*	**20** Sopa de peix Halibut guarnició de minestra *(4)* Fruita *(10)*
4a SETMANA	**23 – *Pa integral*** Cuscús amb verdures *(1)* Lassanya de llenties * Fruita *(10)*	**24** Trinxat (bròquil i patata) Sardines al forn* *(4)* Fruita *(10)*	**25– *Pa integral*** Arròs integral amb tomata Fricandó amb pèsols Iogurt *(7)*	**26** Cigrons estofats Brotxeta de pollastre amb guarnició d'albergínia Fruita *(10)*	**27** Verdures al forn Ous farcits * Macedònia *(10)*
5a SETMANA	**30 - *Pa integral*** Crema de carabassa Amanida amb cigrons Fruita *(10)*				

MENGEM D'AQUI
ALT URGELL | CERDANYA

T'INFORMEM

Làctics de La Reula (sense sucre)
Amanides: Oli OVE
Sal iodada
Beguda: Aigua
Pa: blanc i integral
*guarnició d'enciam i tomata
Comuniqueu si l'alumne te al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.

El menú pot variar per disponibilitat del producte.

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: Salcla

Organitza: Consorci Gal Alt Urgell - Cerdanya

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

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

Consell comarcal de l'Alt Urgell

Consell Comarcal de la Cerdanya

SOC Servei d'Ocupació de Catalunya

Generalitat de Catalunya

L'Alt Urgell

MES:

CENTRE EDUCATIU:

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a SETMANA					ECO
2a SETMANA					
3a SETMANA					
4a SETMANA					
5a SETMANA					

MENGEM D'AQUI
ALT URGELL | CERDANYA

T'INFORMEM

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:

CONSORCI GAL Alt Urgell - Cerdanya
Generalitat de Catalunya Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació
Fons Europeu Agrícola de Desenvolupament Rural: Europa inverteix en les zones rurals
Consell comarcal de l'Alt Urgell
CONSELL COMARCAL DE LA CERDANYA
SOC Servei d'Ocupació de Catalunya
Generalitat de Catalunya
L'ALT URGELL