



# MENÚ GENERAL

## Mes de novembre de 2014



Maria Colomer Valiente  
Dietista-Nutricionista  
Col. IB00005

### CEIP GASPAR SABATER

DILLUNS	3	DIMARTS	4	DIMECRES	5	DIJOUS	6	DIVENDRES	7
<b>NO LECTIU</b>		SOPA DE PICADILLO		LLENTIES ESTOFADES		PAELLA DE VERDURES		ESPAGUETIS SANFAINA	
		LLUÇ AL FORN		PILOTES CASOLANES (MAGRE I MORCILLO) D'ELABORACIÓ PRÒPIA		TRUITA DE CARABASSÍ		LLENGUADO A L'ADOBÀ	
		A LA MALLORQUINA		AMB VERDURES I SALSAS DE TOMÀTIGA		AMB TOMÀTIGA TREMPADA		AMB LLETUGA I OLIVES	
		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
		<i>Purè de verdures</i>		<i>Sopa de peix</i>		<i>Purè de carabassí</i>		<i>Pastel d'ou i verdures</i>	
	<i>Pollastre saltejat amb lletuga trempada</i>		<i>Rap al vapor amb patata i pastanaga</i>		<i>Filet d'indiot a la planxa amb pastanaga ratllada</i>		<i>amb salsa de tomàtiga i patata bullida</i>		
	<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		
DILLUNS	10	DIMARTS	11	DIMECRES	12	DIJOUS	13	DIVENDRES	14
ARRÒS AMB TOMÀTIGA		CANELONS ROSSINI		CIGRONS ESTOFATS		FIDEUÀ DE VERDURES		SOPA DE BULLIT	
CROQUETES DE BACALLÀ		TRUITA A LA FRANCESA		FILET CAPOLAT (MAGRE I MORCILLO) D'ELABORACIÓ PRÒPIA A LA PLANXA		SALMÓ A LA PLANXA		BULLIT	
AMB LLETUGA, PASTANAGA I TONYINA		AMB TOMÀTIGA TREMPADA		AMB PATATES FREGIDES		AMB LLETUGA, BLAT I OLIVES		PATATA, MONGETES I PASTANAGA	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>Purè de verdures</i>		<i>Sopa de peix</i>		<i>Purè de pastanaga</i>		<i>Llenties saltejades amb</i>		<i>Sopa d'estrelletes</i>	
<i>Pollastre saltejat amb xampinyons</i>		<i>Lluç al vapor amb patata i bròquil</i>		<i>Truita francesa alm pèsols saltejats</i>		<i>arròs bullit, pèsols, pastanaga i bledes</i>		<i>Llom de bacallà al forn amb ceba i salsa de tomàtiga</i>	
<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>	
DILLUNS	17	DIMARTS	18	DIMECRES	19	DIJOUS	20	DIVENDRES	21
PURÉ DE CARABASSÍ		MACARRONS BOLONYESA		SOPA DE PEIX		ARRÒS MILANESA		LLENTIES ESTOFADES	
PIZZA DE TONYINA		TRUITA FRANCESA		FRICANDELA AL FORN (MAGRE I MORCILLO) D'ELABORACIÓ PRÒPIA		LLUÇ ORLY		POLLASTRE A LA LLIMONA	
AMB LLETUGA I TOMÀTIGA		AMB MONGETES SALTEJADES		AMB VERDURES I PATATES		AMB LLETUGA I OLIVES		AMB PATATES FREGIDES	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>Sèmola</i>		<i>Purè de carabassa</i>		<i>Llenguado al forn amb ceba, tomàtiga, carabassí, porro i patata</i>		<i>Sopa de pasta</i>		<i>Pastís de lluç</i>	
<i>Filet d'indiot a la planxa amb mongetes verdes saltejades</i>		<i>Couscous saltejat amb verdures i cigrons</i>		<i>fruita</i>		<i>Pollastre a la planxa amb purè de patata i xampinyons</i>		<i>amb salsa de tomàtiga</i>	
<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>	
DILLUNS	24	DIMARTS	25	DIMECRES	26	DIJOUS	27	DIVENDRES	28
PURÉ DE CARABASSA		SOPA DE PICADILLO		LLENTIES ESTOFADES		ESPAGUETIS AMB ALL I OLI D'OLIVA		ARRÒS BRUT	
PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA		LLUÇ AL FORN AMB SALSAS NAPOLITANA		SALSITXES DE POLLASTRE FRESQUES AL FORN		TRUITA ESPANYOLA		LLENGUADO A L'ADOBÀ	
AMB LLETUGA I PASTANAGA		AMB PATATES I VERDURES		TOMÀTIGA I OLIVES		AMB LLETUGA TREMPADA		AMB BASTONETS DE PASTANAGA	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>Sopa de fideus</i>		<i>Purè de verdures</i>		<i>Sopa de pasta</i>		<i>Lluç al forn</i>		<i>Sèmola</i>	
<i>Rapa enfarinat amb ceba i pebres</i>		<i>Indiot a la planxa amb ceba i pastanaga</i>		<i>Truita francesa amb pèsols saltejats</i>		<i>amb ceba, porro, tomàtiga i patata</i>		<i>Llenguado al forn amb ceba i salsa de tomàtiga</i>	
<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>		<i>fruita</i>	

Tots els menús van acompanyats de pa variat i aigua.

#### Informació al·lèrgens

Aquest menú **CONTÉ: GLUTEN, LLET (inclosa LACTOSA), OU, PEIX, MOL·LUSCS, CRUSTACIS i APL.**

**IMPORT MENJADOR MENSUAL 120,84 €**

**VALS DIARIS 6,95 €**

**La quota s'abonarà del dia 1 al 5 de cada mes.**