



Alimentació Escolar Saludable

MENÚ SENSE CARN

MAIG 2021

CIBUS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3	4	5	6	7
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA	LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA I CEBA (sense carn ni derivats)	AMANIDA DE PATATA (tomàquet, pastanaga ratllada, blat de moro i olives)	ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES	CREMA DE XIRIVIES I PASTANAGA
SEITONS ARREBOSSATS	TRUITA D'ESPINACS	FILET DE CASTANYOLA AL FORN	LLUÇ A LA BASCA AMB PÈSOLS	REMENAT D'OU
AMB ENCIAM I OLIVES	AMB ENCIAM I COGOMBRE	AMB ENCIAM TRES COLORS		AMB SAMFAINA
FRUITA DE TEMPORADA / PA	IOGURT NATURAL / PA	FRUITA DE TEMPORADA / PA	FRUITA DE TEMPORADA / PA	FRUITA DE TEMPORADA / PA
10	Menú Girona	12	13	14
SOPA DE VERDURES (sense carn ni derivats)	COL AMB PATATA	AMANIDA DE MEZCLUM DE LLEGUMS AMB VERDURES (sense carn)	MONGETES BLANQUES ESTOFADES (sense carn ni derivats)	MACARRONS AMB CREMA DE FORMATGE
HAMBURGUESA VEGETAL	CIM I TOMBA	ARRÒS AMB TOMÀQUET	TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA	FILET DE LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ
FRUITA DE TEMPORADA / PA	PALMERES (sense carn ni derivats) / PA	AMB ENCIAM I COGOMBRE	AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	AMB ENCIAM I PASTANAGA
17	18	19	20	21
AMANIDA D'ARROS (pèsols, pastanaga ratllada, tomàquet i olives)	VERDURA TRICOLOR	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (sense carn ni derivats)	CREMA DE CARBASSA I BRÒQUIL AMB CROSTONS DE PA	AMANIDA D'ESPIRALS (sense carn ni derivats)
TRUITA DE CARBASSÓ	SALTAT DE LLEGUMS I ARRÒS AMB VERDURES (sense carn)	FILET DE BACALLÀ AL FORN	HAMBURGUESA VEGETAL (sense carn ni derivats)	CIGRONS SALTATS AMB TOMÀQUET (sense carn ni derivats)
AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	FRUITA DE TEMPORADA / PA	AMB ENCIAM I TOMÀQUET	AMB XAMPINYONS I PASTANAGA	AMB ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA / PA	FRUITA DE TEMPORADA / PA	FRUITA DE TEMPORADA / PA	FRUITA DE TEMPORADA / PA	IOGURT NATURAL / PA
24	25	26	27	28
	LLENTIES ESTOFADES (sense carn ni derivats)	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS DE PA	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB TOMÀQUET I FORMATGE	ARRÒS AMB VERDURES
FESTIU	TRUITA PAISANA	MEZCLUM DE LLEGUMS I ARRÒS AMB VERDURES (sense carn)	FILET DE LLUÇ AL FORN	PÈSOLS SALTATS AMB CEBA (sense carn)
	AMB ENCIAM I OLIVES	AMB ENCIAM I COGOMBRE	AMB SAMFAINA	AMB ENCIAM TRES COLORS
	FRUITA DE TEMPORADA / PA	IOGURT NATURAL / PA	FRUITA DE TEMPORADA / PA	FRUITA DE TEMPORADA / PA
31			LLEGENDA	LLEGENDA
MONGETA TENDRA AMB PATATA			¹ FRUITA DE TEMPORADA	LA PERSONA RESPONSABLE DE L'ELABORACIÓ DELS PLATS HA DE VERIFICAR QUE ELS MENÚS D'AL·LÈRGIES I INTOLÈRÀNCIES ALIMENTÀRIES NO CONTENEN CAP PRODUCTE PRECUINAT, CONDIMENTAT, ARREBOSSAT COMERCIAL O QUALSEVOL ALTRE QUE PUGUI CONTENIR ELS AL·LÈRGENS I/O ALIMENTS NO PERMESOS
HAMBURGUESA VEGETAL			⁴ PA BLANC I PA INTEGRAL	
AMB ENCIAM I BLAT DE MORO			³ MENÚ SENSE CARN BLANCA, VERMELLA NI DERIVATS (porc, vedella, gall dindi, nollastre, pernil, conill...)	
FRUITA DE TEMPORADA / PA				

* Menú adaptat a l'edat i característiques dels comensals

**Coure fins assegurar que tota la peça fins arribar al centre assoleix una temperatura de 75°C durant cinc minuts o més.