



# Alimentació Escolar Saludable

## MENÚ SENSE CARN

GENER 2022

CIBUS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
Arròs integral amb salsa de tomàquet	Macarrons al pesto	Crema de verdures de temporada	Llenties amb verdures	Bròquil gratinat
Croquetes d'espínacs amb enciam tres colors <b>(sense carn ni derivats)</b>	Bacallà al forn amb enciam i cogombre	<b>LLENTIES SALTADES AMB</b> pastanaga i xampinyons	Remenat d'ou i patata amb tomàquet amanit	Estofat de <b>CIGORNS</b> amb patata, ceba i pebrot <b>(sense carn ni derivats)</b>
Fruita de temporada / Pa	Fruita de temporada / Pa	Fruita de temporada / Pa	logurt natural / Pa	Fruita de temporada / Pa
<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
Crema de carbassa	Sopa <b>DE VERDURES</b> amb pistons	Mongeta tendra amb patata	Arròs caldós marinera <b>(sense carn ni derivats)</b>	Guisat de cigrons amb col <b>(sense carn ni derivats)</b>
Hamburguesa vegetal de coliflor i formatge amb amanida del temps <b>(sense carn ni derivats)</b>	<b>TRUITA FRANCESA</b> amb tomàquet amanit	<b>LLENTIES</b> estofades amb vedures <b>(sense carn ni derivats)</b>	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro	Peix de temporada (maires) a l'andalusa amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada / Pa	logurt natural / Pa	Fruita de temporada / Pa	Fruita de temporada / Pa	Fruita de temporada / Pa
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
Tortillinis de ricota i espínacs amb sofregit	Coliflor amb patata i pastanaga	Mongetes blanques estofades amb verdures <b>(sense carn ni derivats)</b>	Arròs amb verdures de temporada	Crema de pastanaga
Remenat de xampinyons amb enciam tres colors	Pizza de verdures amb formatge <b>(sense carn ni derivats)</b>	<b>TRUITA FRANCESA</b> amb tomàquet amanit	Lluç a la planxa amb amanida del temps	<b>HAMBURGUESA VEGETAL (sense carn ni derivats)</b> amb enciam i olives
logurt natural / Pa	Fruita de temporada / Pa	Fruita de temporada / Pa	Fruita de temporada / Pa	Fruita de temporada / Pa
<b>31</b>			<b>LLEGENDA</b>	<b>LLEGENDA</b>
Llenties estofades amb verdures <b>(sense carn ni derivats)</b>			<sup>1</sup> FRUITA DE TEMPORADA	
Truita jardineria (amb carbassó, ceba i pastanaga) amb tomàquet amanit			<sup>2</sup> PA BLANC I PA INTEGRAL	
Fruita de temporada / Pa			<sup>3</sup> MENÚ SENSE CARN BLANCA, VERMELLA NI DERIVATS (porc, vedella, gall dindi, pollastre, pernil, conill...)	

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