



### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·liciti diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.

Lletuga, tomaca, remolatxa, dacsca **01**  
**Crema de verdures naturals amb formatge** amb creïlla, porro, safanòria i carabasseta  
**Llom en salsa** al forn amb salsa de ceba  
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, olives **02**  
**Arròs al forn amb embotit valencià** amb costella de porc i cigrons  
**Filet d lluç al forn amb all i julivert**  
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda **03**  
**Potatge de cigrons amb carabasseta** amb creïlla, safanòria i espinac  
**Hamburguesa de coliflor i formatge al forn**  
Fruita

**SOPAR:** Carabasseta torrat i sépia en salsa verda. Fruita

**SOPAR:** Bullit valencià i filet de vedella a la planxa. Fruita

**SOPAR:** Amanida completa i truita paisana. Fruita

**6**

### Festiu

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda **07**  
**Sopa d'au amb lletres** d'au amb ou  
**Llonganisses lionesa** carn de porc al forn amb salsa de ceba  
Fruita

**SOPAR:** Sèmola i peix blau marinat. Fruita

**8**

### Festiu

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda **09**  
**Espaguetis al pesto d'alfàbega** amb tomaca  
**Mossets de rosada**  
Fruita

**SOPAR:** Brócoli gratinat i magre amb hortalisses. Fruita

Lletuga, tomaca, remolatxa, dacsca **10**  
**Crema de safanòria amb crostons**  
**Cuixa de pollastre a la llima** al forn  
Fruita

**SOPAR:** Minestra de verdures i peix blanc al papillote. Fruita

**13**

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda **13**  
**LLENTILLES A LA JARDINERA ECO** amb creïlla, safanòria, carabasseta i ceba  
**Bacallà arrebossat**  
Fruita

**SOPAR:** Carabassa torrada i titot rustido. Fruita

**14**

**Amanida variada** lletuga, tomaca, safanòria, dacsca, ou dur, tonyina i olives  
**Macarrons bolonyesa** amb carn picada de porc, tomaca i formatge  
Fruta i iogurt

**SOPAR:** Sopa juliana i truita de bolets. Fruita

**15**

Lletuga, tomaca, dacsca, olives **15**  
**Crema mediterrània** amb carabasseta, porro, safanòria i ceba  
**Pizza de pernil dolç i formatge** amb tomaca  
Fruita

**SOPAR:** Bajoquetes amb tomaca i peix blanc a la taronja. Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca **16**  
**Arròs de tardor amb bolets i carabassa**  
**Filet de lluç en salsa mery** al forn amb all i julivert  
Fruita

**SOPAR:** Broqueta de verdures i rotllet de vedella. Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, olives **17**  
**Cigrons estofats** amb creïlla, ceba, pimentó i tomaca  
**Truita espanyola** amb creïlla i ceba  
Fruita

**SOPAR:** Crema de carabasseta i peix blanc al vapor. Fruita

**20**

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda **20**  
**Sopa de cocido amb estreletes** d'au amb ou i cigrons  
**Filet de pollastre arrebossat**  
Fruita

**SOPAR:** Espinacs a la crema i peix blau al forn. Fruita

**21**

Lletuga, tomaca, safanòria, olives **21**  
**Paella de verdures**  
**Truita francesa**  
Fruita

**SOPAR:** Ensalada pipirrana i peix blanc en salsa de tomaca. Fruita

**22**

**Amanida polar**  
**Crema de neu** de floricol i formatge amb crostons  
**Pollastre esquimal** al forn amb salsa de bolets i creïlles xips  
**Postre iceberg** copa de xocolata i nata

**SOPAR:** Pésols amb pernil i peix blanc al caldo curt. Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda **23**  
**Llenties llauradores** amb creïlla, safanòria i ceba  
**Llom adobat torrat**  
Fruita

**SOPAR:** Escalivada i remenat de pimentons. Fruita

**Caragols toscana** amb tomaca, ceba, safanòria i porro **24**  
**Filet de abadejo a la gallega** al forn amb salsa d'hortalisses  
Fruita

**SOPAR:** Graellada de verdura i titot a les fines herbes. Fruita

**27**

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda **27**  
**Crema de creïlla i porro**  
**Hamburguesa d'au amb salsa amb guarnició de pèsols** al forn  
Fruita

**SOPAR:** Sopa minestrone i broqueta de peix blanc. Fruita

**28**

Lletuga, tomaca, remolatxa, dacsca **28**  
**Fesols de l'horta** amb creïlla, porro, safanòria i carabasseta  
**Truita de creïlla**  
Fruita

**SOPAR:** Albergina torrada i llom al forn. Fruita

**29**

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda **29**  
**Macarrons amb tomaca i carabasseta**  
**Purnes de lluç**  
Fruita

**SOPAR:** Bledes ofegades i remenat d'alls tendres. Fruita

**Arròs amb titot i hortalisses** **30**  
**Assortiment de carn freda** pernil de york i formatge  
Fruita

**SOPAR:** Crema mediterrània i peix en salsa verda. Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca **31**  
**Sopa d'au amb fideus** d'au amb ou  
**Pollastre desossat a l'all** al forn  
Fruita

**SOPAR:** Amanida completa i peix al forn amb hortalisses. Fruita

### EL QUE ENS DIFERÈNCIA



### SABIES QUE...?

DESEMBRE FRUITA DE TEMPORADA: poma, plàtan, mandarina, taronja, pera i caqui persimón

### CONSELLS SALUDABLES

Arriben les primeres vacances del curs i amb elles una època d'alegria i il·lusió, però també d'excessos alimentaris. Cal tindre precaució i no abandonar les bones pautes saludables. Gaudeix i passa-ho aenial!

**a** En cas d'al·lèrgies i intoleràncies, consulte amb el seu centre per a sol·licitar un menú especial.

**IRCO** SEGUEIX-NOS DES DE EL TEU DISPOSITIU MÒBIL MITJANÇANT L'APP