

AL·LÈRGENS

1 Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats. 2 Crustàcis i productes a base de crustàcis. 3 Ous i productes a base d'ou. 4 Peix i productes a base de peix. 5 Cacauets i productes a base de cacauets. 6 Soja i productes a base de soja. 7 Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa). 8 Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous de Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats. 9 Api i productes derivats. 10 Mostassa i productes derivats. 11 Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam. 12 Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10mg/kg o 10ml/l expressat com a SO2. 13 Tramussos i productes a base de tramussos. 14 Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.

				01 DIVENDRES Sopa de galets amb brou vegetal (1,9) -Pernillets de pollastre al forn amb xampinyons -Fruita del temps
04 DILLUNS -Macarrons amb tomàquet i ceba (1) -Gall d'indi especiat amb remolatxa i poma. -Fruita del temps	05 DIMARTS -Crema de carbassa -Cigrons saltejats amb mill, pebrot i ceba -Fruita del temps	06 DIMECRES -Arròs integral amb verdures -Lluç al forn amb enciam i pastanaga (4) -Fruita del temps	07 DIJOURS -Mongetes seques estofades -Truita de carbassó amb tomàquet i olives (3). -logurt natural la Selvatana (7)	08 DIVENDRES -Verdura de temporada amb patata -Rodó de vedella amb patates panaderes. -Fruita del temps
11 DILLUNS FESTIU 	12 DIMARTS FESTIU 	13 DIMECRES -Mongeta tendra amb patata. -Llom de porc amb salsa de mostassa amb pastanaga i olives (10). -Fruita del temps	14 DIJOURS -Espaguets amb salsa de formatge (1,7). -Bacallà al forn amb all i julivert amb api i remolatxa amanit (4,9). -Fruita del temps.	15 DIVENDRES -Vichyssoise amb crostons. (1,7) -Daus de pollastre saltejats amb tomàquet amanit i ceba. -logurt natural la Selvatana (7)
18 DILLUNS -Crema de pastanaga -Llenties amb arròs al curri -Fruita del temps	19 DIMARTS -Macarrons integrals napolitana (1). -Pollastre adobat amb enciam i olives. -Fruita del temps	20 DIMECRES -Bledes amb patata -Bacallà gratinat amb all i oli amb enciam i pastanaga. (4,7) -logurt natural la Selvatana.	21 DIJOURS -Cigrons estofats amb verdures -Truita de tonyina amb tomàquet i ceba (3,4). -Fruita del temps	22 DIVENDRES -Arròs tres delícies (pastanagam pebrot, pèsols i pernil). -Hamburguesa de vedella amb enciam i olives. (12) -Fruita del temps
25 DILLUNS -Arròs amb tomàquet i ceba. -Pastís d'ou amb verdures i pernil (3). -Fruita del temps	26 DIMARTS -Mongetes estofades amb bacallà (4) -Amanida variada completa -Fruita del temps	27 DIMECRES -Sopa de peix amb fideus (1,2,4,14). -Carn de coll de porc amb ceba caramel·litzada, remolatxa i olives . -logurt natural la Selvatana (7).	28 DIJOURS -Verdura tricolor (verdures de temporada i patata). -Contraçuixa de pollastre al forn amb xampinyons. -Fruita de temporada	29 DIVENDRES GASTRONOMIA DE L'OEST 

arturmartorellmenjador@gmail.com
Coordinació: administracio@ambitescola.cat
Administració: 658 182 895
Avisos i incidències:

Menús supervisats per:

PLANA ESTEVE
EXPERTA EN NUTRICIÓ I
COORDINADORA D'ALIMENTACIÓ
COL·LEGI DE LA U
aleanutri
Promotora Equilibrada i Sòbria
www.aleanutri.com



ELS ESSENCIALS
DEL MÉS

CARXOFES · BLEDES · API
ALBERGÍNIA · MONIATO
CARBASSES · MAGRANES · KIWIS
BOLETS · POMES