

Escola Xirinacs

**B.s/PLV, blat ni cigrons
RPX**

Novembre

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres



4

Arròs int.saltat a/verdures Esc

Truita francesa amb enciam

Fruita i pa s/traces

5

Trinxat col i patata

Mandong. veggio a/salsa tomàquet

Fruita i pa s/traces

6

Pasta s/gluten a/tomàq. i xampis

Gall dindi al forn amb enciam i olives

logurt de soja i pa s/traces

7

Llenties estofades

Filet de maira arreb. s/gluten amb enciam i blat de moro

Fruita i pa s/traces

8

Sopa brou s/gluten

Pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita i pa s/traces

11

Pasta s/gluten amb tomàquet

Pollastre al forn amb enciam, llombarda i pastanaga

Fruita i pa s/traces

12

Tricolor de verdures

Mongetes b. estofades Esc

Fruita i pa s/traces

13

Saltat de verdures

Salmó al forn amb enciam

logurt de soja i pa s/traces

14

Crema carbassa Esc

Llenties estofades

Fruita i pa s/traces

15

Arròs saltat a/xampinyons

Ous durs a/tomàquet amb enciam i olives

Fruita i pa s/traces

18

Llenties estofades

Truita de patates amb enciam i pastanaga

Fruita i pa s/traces

19

Fideuà celíaca Esc

Lluç a/salsa de tomàquet

Fruita i pa s/traces

20

Pèsols amb dauets gall d'indi

Pollastre al forn amb enciam i olives

logurt de soja i pa s/traces

21

Arròs integral amb tomàquet

Pollastre a la planxa

Fruita i pa s/traces

22

Coliflor i patata

Estofat g.dindi a/verdures**

Fruita i pa s/traces

25

Arròs integral tres delícies Esc

Lluç arrebossat s/gluten amb enciam i blat de moro

Fruita i pa s/traces

26

Sopa brou s/gluten

Pollastre al forn

Fruita i pa s/traces

27

Mongetes b. a/all i julivert

Truita de carbassó amb enciam i pastanaga

logurt de soja i pa s/traces

28

Pasta s/gluten a/pesto d'espínacs

Crema de llenties

Fruita i pa s/traces

29

Crema verdures Esc

Pizza de verdures s/traces

Fruita i pa s/traces

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PRÒXIMITAT

Els nostres menús estan supervisats per dietistes - nutricionistes col·legiats (Núm. CAT000874 i Núm. CAT001899) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable des de la primera infància. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Les postres lactes són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSPAC: 26.06772/CAT - RGSEAA: 26.12608/B