

**Escola Xirinacs**

**B.s/gluten i s/PLV RPX**

**Novembre**


dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

				
<b>4</b> Arròs int.saltat a/verdures Esc  Trita francesa amb enciam  Fruita i pa s/traces	<b>5</b> Trinxat col i patata  Mandong. veggio a/salsa tomàquet  Fruita i pa s/traces	<b>6</b> Pasta s/gluten a/tomàq. i xampis  Gall dindi al forn amb enciam i olives  logurt de soja i pa s/traces	<b>7</b> Llenties estofades  Filet de maira arreb. s/gluten amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	<b>8</b> Sopa brou s/gluten  Pollastre al forn amb enciam i pastanaga  Fruita i pa s/traces
<b>11</b> Pasta s/gluten amb tomàquet  Pollastre al forn amb enciam, llombarda i pastanaga  Fruita i pa s/traces	<b>12</b> Tricolor de verdures  Mongetes b. estofades Esc  Fruita i pa s/traces	<b>13</b> Cigrons estofats  Salmó al forn amb enciam  logurt de soja i pa s/traces	<b>14</b> Crema carbassa Esc  Llenties estofades  Fruita i pa s/traces	<b>15</b> Arròs saltat a/xampinyons  Ous durs a/tomàquet amb enciam i olives  Fruita i pa s/traces
<b>18</b> Llenties estofades  Trita de patates amb enciam i pastanaga  Fruita i pa s/traces	<b>19</b> Fideuà celíaca Esc  Lluç a/salsa de tomàquet  Fruita i pa s/traces	<b>20</b> Pèsols amb dauets gall d'indi  Pollastre al forn amb enciam i olives  logurt de soja i pa s/traces	<b>21</b> Arròs integral amb tomàquet  Crema de cigrons Esc  Fruita i pa s/traces	<b>22</b> Coliflor i patata  Estofat g.dindi a/verdures**  Fruita i pa s/traces
<b>25</b> Arròs integral tres delícies Esc  Lluç arrebossat s/gluten amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	<b>26</b> Sopa brou s/gluten  Cigrons a/tomàquet  Fruita i pa s/traces	<b>27</b> Mongetes b. a/all i julivert  Trita de carbassó amb enciam i pastanaga  logurt de soja i pa s/traces	<b>28</b> Pasta s/gluten a/pesto d'espínacs  Crema de llenties  Fruita i pa s/traces	<b>29</b> 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 lactíes 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