

endermar

menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
4 Arròs amb tomàquet Truita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres *Peix blanc al forn Sopa d'au Broqueta de gall dindi amb albergínia gratinada logurt	5 Cigrons estofats amb espinacs Croquetes de pernil amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica *Pernilets de pollastre Mongeta verda saltada amb pernil Lluç a la planxa amb patates logurt	6 FESTIU	7 FESTIU	8 Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica *Llom a la planxa Crema d'espàrrecs Sandwich de salmó fumat i philadelphia logurt
11 Llenties estofades amb hortalisses Mix de fregits amb amanida (tomàquet i blat de moro) Fruita del temps i opció de pa integral *Peix al forn Coliflor saltada amb alls Pinxos d'au adobats amb patates Plàtan banyat amb xocolata negra	12 Sopa de peix Contracuixa de pollastre al forn amb patates Fruita del temps *Llom a la planxa Cuscús saltat amb verdures i panses Seitons arrebossats amb ceba confitada Quèfir	13 Bròquil amb patata Truita amb pernil dolç amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps *San jacobos Crema de bròcoli Sardines al forn amb all i julivert i tomàquet forn logurt amb ametlles	14 Llacets amb tomàquet Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica *Pollastre a la planxa Crema de verdures Ous remenats amb alls tendres i gambetes logurt	15 Crema de verdures amb crostons Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres *Hamburguesa mixta Mix de verdures i vedella al curry Broqueta de fruita
18 Arròs amb tomàquet Truita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica *Varetes de lluç Hamburguesa vegetal amb pa de sèsam, enciam, tomàquet, ceba caramel·litzada i formatge	19 MENÚ DE NADAL Escudella catalana Pollastre al forn amb salsa de poma Torrans Refresc sense sucre	20 Crema de verdures amb crostons Llom arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps i opció de pa integral *Peix a la planxa Bledes saltades amb alls i panses Llom al forn amb verdures		

COL·LEGI SANTA DOROTEA BASAL

*Opció de pa Integral i recomanacions per sopar tots els dies
*Només es disposa de segones opcions de segon plat a partir de 6è de primària

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g – Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g – Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g – Quarta setmana 595 kcal, HC 68g, Lip. 19g, Prot. 38g – Cinquena setmana 612 kcal, HC 71g, Lip. 20g, Prot. 37g. **Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys:** Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g – Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g – Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g – Quarta setmana 739 kcal, HC 77.8g, Lip. 28g, Prot. 43.9g – Cinquena setmana 778 kcal, HC 82.4g, Lip. 28.7g, Prot. 47.6g.

www.endermar.com



**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**



menús sostenibles Desembre 2023

Nadal, festa en família!

És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



4

Arròs amb tomàquet
Truita a la francesa amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
logurt natural sostenible sense sucres

5

Cigrons estofats amb espinacs
(*) Pollastre arrebossat sense gluten amb amanida (tomàquet i enciam)
Fruita del temps **ecològica**

6

FESTIU

7

FESTIU

8

FESTIU

11

Llenties estofades amb hortalisses
(*) Lluç arrebossat sense gluten amb amanida (tomàquet i blat de moro)
(*) Fruita del temps

12

(*) Sopa de peix casolana sense gluten
Contracuixa de pollastre al forn amb patates
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
Truita de pernil dolç amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

14

(*) Pasta sense gluten amb tomàquet
Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
Fruita del temps **ecològica**

15

(*) Crema de verdures sense crostons
Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal
logurt natural sostenible sense sucres

18

Arròs amb tomàquet
Truita de carbassó amb amanida
(enciam, pastanaga i tomàquet)
Fruita del temps **ecològica**

19

MENÚ DE NADAL
(*) Escudella catalana casolana sense gluten
Pollastre al forn amb salsa de poma
(*) Postre especial sense al·lèrgens
Refresc sense sucre

20

(*) Crema de verdures sense crostons
(*) Llom arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
(*) Fruita del temps

**COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE GLUTEN**

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós



Nadal, festa en família!
És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 (*) Macarrons saltats amb xampinyons (*) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam i blat de moro) (*) logurt natural
4 (*) Arròs bullit amb orenga (*) Truita a la francesa amb amanida (enciam i olives) logurt natural sostenible sense sucres	5 (*) 1/2R Cigrons bullits amb espinacs (*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i pastanaga) (*) logurt natural	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 (*) 1/2R Llenties bullides amb pastanaga (*) Lluç arrebossat amb amanida (enciam i olives) (*) logurt natural	12 (*) Sopa de peix casolana Contracuixa de pollastre al forn amb patates (*) logurt natural	13 Bròquil amb patata (*) Truita a la francesa amb amanida (enciam i blat de moro) (*) logurt natural	14 (*) Llacets amb ou dur i oli d'oliva (*) Salsitxes sense fructosa amb amanida (enciam i pastanaga) (*) logurt natural	15 (*) Crema de carbassó (*) Peix fresc segons mercat a l'allet amb patata bullida logurt natural sostenible sense sucres
18 (*) Arròs saltat amb oli i alfàbrega Truita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) (*) logurt natural	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella catalana casolana (*) Pollastre al forn amb xampinyons (*) Postre especial permès	20 (*) Crema de carbassó (*) Llom arrebossat amb amanida (enciam i olives) (*) logurt natural		

COL·LEGI SANTA DOROTEA SENSE FRUCTOSA

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós



Nadal, festa en família!

És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



4

Arròs amb tomàquet
Truita a la francesa amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
(*) logurt sense lactosa

5

Cigrons estofats amb espinacs
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (tomàquet i enciam)
Fruita del temps ecològica

6

FESTIU

7

FESTIU

8

FESTIU

11

Llenties estofades amb
hortalisses
(*) Lluç arrebossat amb amanida
(tomàquet i blat de moro)
(*) Fruita del temps

12

(*) Sopa de peix casolana
Contracuixa de pollastre al forn
amb patates
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
(*) Truita francesa amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

14

Llacets amb tomàquet
Salsitxes amb amanida (enciam,
blat de moro i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

15

(*) Crema de verdures sense llet ni
crostons
Peix fresc segons mercat a l'allet
amb tomàquet provençal
(*) logurt sense lactosa

18

Arròs amb tomàquet
Truita de carbassó amb amanida
(enciam, pastanaga i tomàquet)
Fruita del temps ecològica

19

MENÚ DE NADAL
(*) Escudella catalana casolana
Pollastre al forn amb salsa de
poma
(*) Postre especial sense
al·lèrgens
Refresc sense sucre

20

(*) Crema de verdures sense llet ni
crostons
Llom arrebossat amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
(*) Fruita del temps

**COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE LACTOSA**

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i
dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

www.endermar.com



menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
 És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet Trita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres	5 (*) Patates amb pastanaga saltades Cigrons estofats amb espinacs Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 Llenties estofades amb hortalisses (*) Lluç arreboïtat amb amanida (tomàquet i blat de moro) Fruita del temps i opció de pa integral	12 Sopa de peix (*) Daus de seït saltat al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata (*) Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 Llacets amb tomàquet (*) Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 Crema de verdures amb crostons Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres
18 Arròs amb tomàquet Trita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella vegetal casolana (*) Seït al forn amb salsa de poma Torrons Refresc sense sucre	20 Crema de verdures amb crostons (*) Croquetes d'espinacs amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps opció de pa integral		

COL·LEGI SANTA DOROTEA SENSE CARN

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós



menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
 És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS

4

Arròs amb tomàquet
 Truita a la francesa amb amanida
 (enciam, pastanaga i blat de moro)
logurt natural sostenible sense sucres

11

Llenties estofades amb hortalisses
 (*) Truita de patata amb amanida (tomàquet i blat de moro)
 Fruita del temps i **opció de pa integral**

18

Arròs amb tomàquet
 Truita de carbassó amb amanida
 (enciam, pastanaga i tomàquet)
 Fruita del temps **ecològica**

DIMARTS

5

(*) Patates amb pastanaga saltades
 Cigrons estofats amb espinacs
 Fruita del temps **ecològica**

12

(*) Sopa vegetal
 (*) Daus de seità saltat al forn amb patates
 Fruita del temps

19

MENÚ DE NADAL
 (*) Escudella vegetal casolana
 (*) Seità al forn amb salsa de poma
 Torrons
 Refresc sense sucre

DIMECRES

6

FESTIU

13

Bròquil amb patata
 (*) Truita a la francesa amb amanida
 (enciam, pastanaga i blat de moro)
 Fruita del temps

20

Crema de verdures amb crostons
 (*) Croquetes d'espinacs amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
 Fruita del temps **opció de pa integral**

DIJOUS

7

FESTIU

14

Llacets amb tomàquet
 (*) Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
 Fruita del temps **ecològica**

DIVENDRES

1

Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge)
 (*) Tofu a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
 Fruita del temps **ecològica**

8

FESTIU

15

Crema de verdures amb crostons
 (*) Tofu a l'allet amb tomàquet provençal
logurt natural sostenible sense sucres

COL·LEGI SANTA DOROTEA

OVOLACTOVEGETARIÀ

BONES FESTES I FELIÇ ANY NOU!

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural I /o religiós

www.endermar.com

endermar

menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
 És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet Trita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres	5 (*) Espinacs amb patata (*) Pollastre arrebossat amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 (*) Tricolor de verdures (*) Lluç arrebossat amb amanida (tomàquet i blat de moro) (*) Fruita del temps	12 (*) Sopa de peix casolana Contracuixa de pollastre al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata Trita amb pernil dolç amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 Llacets amb tomàquet Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 (*) Crema de verdures sense crostons Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres
18 Arròs amb tomàquet Trita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella catalana casolana sense cigrons Pollastre al forn amb salsa de poma (*) Postre especial sense al·lèrgens Refresc sense sucre	20 (*) Crema de verdures sense crostons Llom arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives) (*) Fruita del temps		

COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE FRUITS SECS NI LLEGUMS

Bones Festes i
Feliç Any Nou!

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós





menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 (*) Pasta sense ou saltats amb xampinyons Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet (*) Cap de llom rostit amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres	5 Cigrons estofats amb espinacs (*) Pollastre arrebossat sense ou amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 Llenties estofades amb hortalisses (*) Lluç arrebossat sense ou amb amanida (tomàquet i blat de moro) (*) Fruita del temps	12 (*) Sopa de peix casolana Contracuí de pollastre al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata (*) Fogoner a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 (*) Pasta sense ou amb tomàquet Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 (*) Crema de verdures sense crostons Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres
18 Arròs amb tomàquet (*) Rap a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella catalana casolana Pollastre al forn amb salsa de poma (*) Postre especial sense al·lèrgens Refresc sense sucre	20 (*) Crema de verdures sense crostons (*) Llom arrebossat sense ou amb amanida (enciam, blat de moro i olives) (*) Fruita del temps		

COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE FRUITS SECS NI OU

Bones Festes i
Feliç Any Nou!

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós



MENÚ ESPECIAL
INTEGRAL
PA INTEGRAL
DENOMINACIÓ D'ORIGEN
PEIX FRESC
NOVA RECEPTA
PROTEÏNA VEGETAL
ECOLÒGIC
ELABORACIÓ CASOLANA
BENESTAR ANIMAL
KM 0

endermar

menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!

És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



4

Arròs amb tomàquet
Truita a la francesa amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
logurt natural sostenible sense sucres

5

Cigrons estofats amb espinacs
(*) Pollastre arrebossat amb amanida (tomàquet i enciam)
Fruita del temps ecològica

6

FESTIU

7

FESTIU

8

Macarrons a la carbonara
(crema de llet, xampinyons i formatge)
Luç a les fines herbes amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

11

Llenties estofades amb hortalisses
(*) Lluc arrebossat amb amanida (tomàquet i blat de moro)
(*) Fruita del temps

12

(*) Sopa de peix casolana
Contracuixa de pollastre al forn amb patates
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
Truita amb pernil dolç amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

14

Llacets amb tomàquet
Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

15

(*) Crema de verdures sense crostons
Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal
logurt natural sostenible sense sucres

18

Arròs amb tomàquet
Truita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet)
Fruita del temps ecològica

19

MENÚ DE NADAL

(*) Escudella catalana casolana
Pollastre al forn amb salsa de poma
(*) Postre especial sense al·lèrgens
Refresc sense sucre

20

(*) Crema de verdures sense crostons
Llom arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
(*) Fruita del temps

COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE FRUITS SECS

Bones Festes i
Felicitat Any Nou!

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

www.endermar.com

endermar

menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
 És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

4

Arròs amb tomàquet
 Truita a la francesa amb amanida
 (enciam, pastanaga i blat de moro)
 (*) logurt sense lactosa

5

Cigrons estofats amb espinacs
 (*) Pollastre arrebossat amb amanida (tomàquet i enciam)
 (*) Fruita del temps permesa ecològica

6

FESTIU

7

FESTIU

8

FESTIU

11

Llenties estofades amb hortalisses
 (*) Lluc arrebossat amb amanida (tomàquet i blat de moro)
 (*) Fruita del temps permesa

12

(*) Sopa de peix casolana
 Contracuixa de pollastre al forn amb patates
 (*) Fruita del temps permesa

13

Bròquil amb patata
 (*) Truita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
 (*) Fruita del temps permesa

14

Llacets amb tomàquet
 Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
 (*) Fruita del temps permesa ecològica

15

(*) Crema de verdures sense llet ni crostons
 Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal
 (*) logurt sense lactosa

18

Arròs amb tomàquet
 Truita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet)
 (*) Fruita del temps permesa ecològica

19

MENÚ DE NADAL
 (*) Escudella catalana casolana
 Pollastre al forn amb salsa de poma
 (*) Postre especial sense al·lèrgens
 Refresc sense sucre

20

(*) Crema de verdures sense llet ni crostons
 Llom arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
 (*) Fruita del temps permesa

COL·LEGI SANTA DOROTEA

SENSE LACTOSA

MENÚ ESPECIAL

INTEGRAL

PA INTEGRAL

DENOMINACIÓ D'ORIGEN

PEIX FRESC

NOVA RECEPTE

PROTEÍNA VEGETAL

ECOLÒGIC

ELABORACIÓ GASOLANA

BENESTAR ANIMAL

KM 0

Venda de proximitat

certificat

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

www.endermar.com



menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
 És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet Trita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres	5 Cigrons estofats amb espinacs Croquetes de pernil amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 (*) Tricolor de verdures Mix de fregits amb amanida (tomàquet i blat de moro) (*) Fruita del temps i opció de pa integral	12 Sopa de peix Contracuixa de pollastre al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata Trita amb pernil dolç amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 Llacets amb tomàquet Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 Crema de verdures amb crostons Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres
18 Arròs amb tomàquet Trita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL Escudella catalana Pollastre al forn amb salsa de poma Torrons Refresc sense sucre	20 Crema de verdures amb crostons Llom arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives) (*) Fruita del temps i opció de pa integral		

COL·LEGI SANTA DOROTEA SENSE LLENTIES

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós



Bon Nadal i bon profit!



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOURS

DIVENDRES

Macarrons a la carbonara
(crema de llet, xampinyons i formatge)
(*) Lluç a les fines herbes amb
amanida (enciam i blat de moro)
(*) Fruita del temps permesa
ecològica

4

(*) Arròs bullit amb orenga
Truita a la francesa amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
**logurt natural sostenible sense
sucres**

5

- (*) Cigrons estofats amb espinacs sense tomàquet
- (*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i pastanaga)
- (*) Fruita del temps permesa ecològica

6

FESTIU

FESTIU

8

FESTIU

11

- (*) Lenties estofades amb hortalisses permeses
- (*) Lluç arrebossat amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
- (*) Fruita del temps permesa

12

(*) Sopla de peix casolana
Contracuixa de pollastre al forn
amb patates
(*) Fruita del temps permesa

13

Bròquil amb patata
Truita amb pernil dolç amb
amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
(*) Fruita del temps permesa

1.

- (*) Llacets amb ou dur i oli d'oliva
- Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
- (*) Fruita del temps permesa ecològica

15

- (*) Crema de verdures permeses de temporada sense crostons
- (*) **Peix fresc segons mercat** a l'allet amb patata bullida
- logurt natural sostenible sense sucres**

18

(*) Arròs saltat amb oli i
alfàbrega
Truita de carbassó amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps permesa
ecològica

19

MENÚ DE NADAL

- (*) Escudella catalana casolana
- (*) Pollastre al forn amb xampinyons
- (*) Postre especial sense al·lèrgens
- Refresc sense sucre

20

(*) Crema de verdures permeses de temporada sense crostons
Llom arrebossat amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
(*) Fruita del temps permesa

COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE LPT

*Aliments no permesos: Préssec, poma, pera, pruna, albercoc, nectarina, paraguaià, cireres i fruits secs

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i /o religiós

www.endermar.com

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**



Nadal, festa en família!
És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) (*) Gall dindi a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet Trita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres	5 Cigrons estofats amb espinacs (*) Pollastre arrebossat amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 Llenties estofades amb hortalisses (*) Trita de patates amb amanida (tomàquet i blat de moro) (*) Fruita del temps	12 (*) Sopa vegetal Contracuixa de pollastre al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata Trita amb pernil dolç amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 Llacets amb tomàquet Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 (*) Crema de verdures sense crostons (*) Filet de pollastre a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres
18 Arròs amb tomàquet Trita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella catalana casolana Pollastre al forn amb salsa de poma (*) Postre especial sense al·lèrgens Refresc sense sucre	20 (*) Crema de verdures sense crostons Llom arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives) (*) Fruita del temps		

COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE PEIX NI FRUITS SECS

Bones Festes i
Felicitat Any Nou!

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós



endermar

menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) (*) Gall dindi a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet Truita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres	5 Cigrons estofats amb espinacs (*) Pollastre arrebossat amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 Llenties estofades amb hortalisses (*) Truita de patates amb amanida (tomàquet i blat de moro) (*) Fruita del temps	12 (*) Sopa vegetal Contracuixa de pollastre al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata Truita amb pernil dolç amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 Llacets amb tomàquet Salsitxes amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 (*) Crema de verdures sense crostons (*) Filet de pollastre a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres
18 Arròs amb tomàquet Truita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella catalana casolana Pollastre al forn amb salsa de poma Torrons Refresc sense sucre	20 (*) Crema de verdures sense crostons Llom arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives) (*) Fruita del temps		

COL·LEGI SANTA DOROTEA SENSE PEIX

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós





Desembre 2023

Nadal, festa en família!
 És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 (*) Macarrons saltats amb xampinyons Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet Trita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) (*) logurt de soja	5 Cigrons estofats amb espinacs (*) Pollastre arrebossat amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 Llenties estofades amb hortalisses (*) Lluç arrebossat amb amanida (tomàquet i blat de moro) (*) Fruita del temps	12 (*) Sopa de peix casolana Contracuí de pollastre al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata (*) Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 Llacets amb tomàquet (*) Salsitxes de porc amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 (*) Crema de verdures sense llet ni crostons Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal (*) logurt de soja
18 Arròs amb tomàquet Trita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella vegetal casolana Pollastre al forn amb salsa de poma (*) Postre especial sense al·lèrgens Refresc sense sucre	20 (*) Crema de verdures sense llet ni crostons Llom arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives) (*) Fruita del temps		

**COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE PLV**

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós





menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet Trita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres	5 Cigrons estofats amb espinacs (*) Pollastre arrebossat amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 Llenties estofades amb hortalisses (*) Lluç arrebossat amb amanida (tomàquet i blat de moro) Fruita del temps i opció de pa integral	12 Sopa de peix Contracuixa de pollastre al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata (*) Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 Llacets amb tomàquet (*) Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 Crema de verdures amb crostons Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres
18 Arròs amb tomàquet Trita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella vegetal casolana Pollastre al forn amb salsa de poma (*) Postre especial permès Refresc sense sucre	20 Crema de verdures amb crostons (*) Croquetes d'espinacs amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps opció de pa integral		

**COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE PORC NI VEDELLA**

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós





menús sostenibles

Desembre 2023

Nadal, festa en família!
És l'ocasió per reunir-nos amb la família al voltant de la taula i gaudir dels plats més exquisits que només es fan una vegada a l'any... ah i per rebre regals.

A la nostra taula de Nadal, no hi falten l'escudella i la carn d'olla, el pollastre rostit amb fruits secs, les neules i els torrons.

I no t'oblidis que després de Nadal, arriben els Reis Mags i despertar amb l'emoció dels regals que hem demanat a la nostra carta.

Aprofita Nadal, menja de forma equilibrada i saludable, i passa-t'ho bé!

Bon Nadal i bon profit!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Macarrons a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps ecològica
4 Arròs amb tomàquet Trita a la francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) logurt natural sostenible sense sucres	5 Cigrons estofats amb espinacs (*) Pollastre arrebossat amb amanida (tomàquet i enciam) Fruita del temps ecològica	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 Llenties estofades amb hortalisses (*) Lluç arrebossat amb amanida (tomàquet i blat de moro) Fruita del temps i opció de pa integral	12 Sopa de peix Contracuixa de pollastre al forn amb patates Fruita del temps	13 Bròquil amb patata (*) Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	14 Llacets amb tomàquet (*) Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps ecològica	15 Crema de verdures amb crostons Peix fresc segons mercat a l'allet amb tomàquet provençal logurt natural sostenible sense sucres
18 Arròs amb tomàquet Trita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps ecològica	19 MENÚ DE NADAL (*) Escudella vegetal casolana Pollastre al forn amb salsa de poma (*) Postre especial permès Refresc sense sucre	20 Crema de verdures amb crostons (*) Croquetes d'espinacs amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps opció de pa integral		

**COL·LEGI SANTA DOROTEA
SENSE PORC NI VEDELLA**

**Bones Festes i
Felicitat Any Nou!**

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

