

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA BASAL

*Opció de pa integral i recomanacions per sopar tots els dies

*Només es podrà disposar de segona opció a partir de 6è de primària

1
Arròs amb verdures (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
*Truita de patates
Fruita del temps

Sopa de galets
Remenat d'ou amb xampinyons i logurt

2
Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
*Contra cuixa de pollastre al forn
Fruita del temps

Panatóx de verdures
Magra de porc al forn amb xips de boniato i logurt

3
Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
*Salsitxes de porc
Fruita del temps

Coliflor a la gallega
Lluç amb salsa verda i patates al forn
Quallada amb mel

4
Crema de carbassa
Hamburguesa mixta a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs
*Peix blanc al forn
logurt

Quinoa amb verdures i salmó
Taronja amb canyella

7
Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i olives)
*Crestes de tonyina
Fruita del temps

Sopa de peix amb arròs
Varetes de peix amb verdures saltades i logurt

8
Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, olives i pipes de girasol)
*Peix blanc al forn
Fruita del temps

Espinacs a la crema
Bacallà amb carbassa al forn i logurt

9
Escudella amb galets
Carn d'olla (pollastre, pilota, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
*Truita francesa
logurt

Amanida de l'hort
Ous durs amb pisto de verdures i logurt

10
Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
*Llom a la planxa
Fruita del temps

Crema de bròquil
Llom amb tomàquet al forn i logurt

11
Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
*Hamburguesa mixta a la planxa
Fruita del temps

Tricolor de verdures
Pollastre al forn amb ceba i carbassó
Fruita del temps

14
Arròs a la cassola (xampinyons i porros)
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
*Pollastre al forn
Fruita del temps

Mongeta verda saltada amb ceba
Hamburguesa d'au a la planxa amb pebrot i logurt

15
Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata)
Llom arrebossat amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
*Canelons gratinats
Fruita del temps

Sopa de l'àvia
Llenguado a la planxa amb llimona i albergínia a daus i logurt

16
Pèsols saltats amb ceba i pernil
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
*Calamars a la romana
Fruita del temps

Amanida de fruits secs i alvocat
Truita francesa amb samfaina i logurt

17
Llacets al pomodoro (tomàquet i orenga)
Lluç a la mussolina d'alls amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
*Truita de carbassó
Fruita del temps

Coliflor amb patata
Pit de gall dindi a la planxa amb ceba i pebrot i logurt

18
Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs
*Peix blanc al forn
logurt

Sopa juliana
Panini de tonyina
Poma al forn amb canyella

21
Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i formatge al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
*Croquetes d'espinacs
Fruita del temps

Crema de moniato
Pintxos de gall dindi amb verdures
Bol de iogurt amb fruita

22
Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots)
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
*Peix blanc a la planxa
Fruita del temps

Amanida verda amb alvocat
Botifarra a la planxa amb seques i logurt

23
Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba)
*Llom a la planxa
logurt

Crema de verdures
Bistec de vedella amb amanida i logurt

24
Espirals a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons)
Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
*Daus de vedella saltats
Fruita del temps

Amanida caprese
Ous al plat amb pernil i formatge i logurt

25
Bròquil a la gallega
Mandonguilles mixtes amb tomàquet i patates panaderes
*Ous gratinats
Fruita del temps

Timbal d'arròs amb oli i alfàbrega
Caella al forn amb amanida
Fruita del temps

28
Crema de carbassó amb crostons
Llacets a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn mixta)
*Gall dindi a la planxa
Fruita del temps

Albergínia al forn amb oli, julivert i pa ratllat
Salmó al papillot amb espàrrecs i logurt

29
Mongeta verda amb patata
Croquetes de pollastre amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
*Truita francesa amb formatge
Fruita del temps

Fideus d'arròs amb gambes, verdures i salsa de soja i logurt

30
Arròs 3 delícies (pernil dolç, pastanaga i pèsols)
Suquet de rap amb patates
*Hamburguesa vegetal al forn
Fruita del temps

Hummus amb bastonets de pastanaga
Crep vegetal amb tomàquet i amanida
Fruita del temps

31
CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de carbassa i formatge
Estofat de vedella amb moniato
Pastís de Halloween



Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar

Castaween, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

✳ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

✳ A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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.



ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE GLUTEN

*SENSE OPCIO DE PA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

(* Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(* Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs logurt

7

Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
(* Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, olives i pipes de girasol)
Fruita del temps

9

(* Escudella casolana amb pasta sense gluten
(* Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons) logurt

10

Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

(* Arròs a la cassola (xampinyons i porros) amb brou casolà
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata)
(* Llom arrebossat sense gluten amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(* Pèsols saltats amb ceba
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

17

(* Pasta sense gluten al pomodoro (tomàquet i orenga)
(* Lluç al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs logurt

21

Crema de porros
(* Hamburguesa d'au sense al·lèrgens al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

(* Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots) amb brou casolà
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba) logurt

24

(* Pasta sense gluten a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons)
Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(* Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

(* Crema de carbassó sense crostons
(* Pasta sense gluten a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn mixta picada sense al·lèrgens)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(* Pollastre arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

(* Arròs 3 delícies (pastanaga i pèsols)
(* Suquet de rap amb brou casolà i patates
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
(* Pasta sense gluten amb salsa de carbassa
Estofat de vedella amb moniato
(* Postre especial sense al·lèrgens

menús sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar

Castaween, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

✪ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

✪ A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!

Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiosos

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE LACTOSA

*SENSE OPCIO DE PA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

(*) Macarrons amb salsa de tomàquet
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

(*) Crema de carbassa sense làctics
(*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs
(*) Logurt sense lactosa

7

Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
(*) Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, olives i pipes de girasol)
Fruita del temps

9

(*) Escudella casolana amb galets
(*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
(*) Logurt sense lactosa

10

Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

(*) Arròs a la cassola (xampinyons i porros) amb brou casolà
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

(*) Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata) sense làctics
Llom arrebossat amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Pèsols saltats amb ceba
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro (tomàquet i orenga)
(*) Lluç al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs
(*) Logurt sense lactosa

21

(*) Crema de porros sense làctics
(*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

(*) Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots) amb brou casolà
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba)
(*) Logurt sense lactosa

24

(*) Espirals saltats amb xampinyons
Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

(*) Crema de carbassó sense crostons ni làctics
(*) Llacets a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn mixta picada sense al·lèrgens)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

(*) Arròs 3 delícies (pastanaga i pèsols)
(*) Suquet de rap amb brou casolà i patates
Fruita del temps

31

CASTAWEEN
MENÚ ESPECIAL
(*) Macarrons amb salsa de carbassa sense làctics
Estofat de vedella amb moniato
(*) Postre especial sense al·lèrgens

menús sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

▲ A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i felicitat Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

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



ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE FRUCTOSA

*SENSE OPCIO DE PA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

- (* Arròs amb verdures (carbassó i porros)
- (* Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

2

- (* Macarrons amb formatge
- (* Lluç al forn amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

3

- (* 1/2R Cigrons bullits amb espinacs
- (* Truita de patates amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

4

- (* Crema de carbassó
- (* Hamburguesa mixta sense fructosa a la planxa amb ceba i timbal d'arròs
- (* logurt natural

7

- (* Patates bullides amb verdures (porros, ceba i carbassó)
- (* Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

8

- (* 1/2R Llenties saltades amb quinoa i verdures (porros i carbassó)
- (* Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

9

- (* Escudella casolana amb galets
- (* Carn d'olla (pollastre, botifarra sense fructosa, col i 1/2 cigrons)
- (* logurt natural

10

- (* Mongeta verda amb patates
- (* Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

11

- (* Arròs amb oli i orenga
- (* Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

14

- (* Arròs amb verdures (xampinyons i porros)
- (* Truita de patates amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

15

- (* Crema de verdures de temporada (carbassó i patata)
- (* Llom arrebossat amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

16

- (* 1/2R Pèsols saltats amb ceba
- (* Pernilets de pollastre amb patata al forn
- (* logurt natural

17

- (* Llacets amb oli i orenga
- (* Lluç al forn amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

18

- (* Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i patata)
- (* Daus de gall dindi saltats amb xampinyons i timbal d'arròs
- (* logurt natural

21

- Crema de porros
- (* Hamburguesa d'au sense fructosa al forn amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

22

- (* Arròs saltat amb carbassó
- (* Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

23

- (* 1/2R Mongetes blanques bullides amb porros
- (* Cuixa de pollastre a la planxa amb albergínia
- (* logurt natural

24

- Espirals a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons)
- (* Lluç al forn amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

25

- Bròquil a la gallega
- (* Mandonguilles mixtes sense fructosa amb patates panaderes
- (* logurt natural

28

- (* Crema de carbassó sense crostons
- (* Llacets saltats amb ceba i carn mixta picada sense fructosa
- (* logurt natural

29

- Mongeta verda amb patata
- (* Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i olives)
- (* logurt natural

30

- (* Arròs saltat amb pèsols
- (* Rap amb patates al forn
- (* logurt natural

31

- CASTAWEEEN**
- MENÚ ESPECIAL**
- (* Macarrons amb formatge
 - (* Daus de gall dindi saltats amb xampinyons
 - (* Postre especial sense fructosa

menús sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

🌿 A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor! 🍂

Bon profit i feliç Castaween! 🍁

Sabies que...?

Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiosos



ESCOLA SANTA DOROTEA OVOLACTEOVEGETARIÀ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures
(carbassó, pebrot i porros)
(* Truita francesa amb amanida
(enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

Macarrons amb salsa de tomàquet
i formatge
(* Tofu a les fines herbes amb
amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(* Hamburguesa vegetal a la
planxa amb ceba caramel·litzada i
timbal d'arròs
logurt

7

Patates estofades amb verdures
(porros, pebrot vermell i pastanaga)
(* Truita francesa amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

(* Mongeta verda amb patata
Lentilles estofades amb quinoa i
verdures (pastanaga i pebrot)
Fruita del temps

9

(* Sopa vegetal amb galets
(* Hamburguesa vegetal al
forn amb amanida (enciam i
tomàquet)
logurt

10

Tricolor de verdures
(mongeta verda, patata i pastanaga)
(* Truita francesa amb amanida
(tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
(* Seità a la planxa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

Arròs a la cassola
(xampinyons i porros)
Truita de patates amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdures de
temporada (pastanaga, carbassó i patata)
(* Nuggets vegans amb amanida
(tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(* Pèsols saltats amb ceba
(* Hamburguesa vegetal amb
patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro
(tomàquet i orenga)
(* Tofu al forn amb amanida (enciam,
olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta
verda, bròquil i pastanaga)
(* Ous saltats amb xampinyons i
timbal d'arròs
logurt

21

Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i
formatge al forn amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

Paella de verdures (pèsols, pastanaga,
ceba i pebrots)
Truita francesa amb amanida (enciam,
blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

(* Crema de pastanaga
Mongetes blanques guisades amb
verdures (carbassa i porros)
logurt

24

Espirals a la carbonara
(crema de llet, formatge i xampinyons)
(* Tofu al forn amb amanida (enciam,
pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(* Hamburguesa vegetal a la
planxa amb tomàquet i patates
panaderes
Fruita del temps

28

Crema de carbassó amb crostons
(* Llacets a la bolonyesa (salsa de
tomàquet, ceba, pastanaga i daus de seità)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(* Croquetes d'espinacs amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

(* Arròs amb verdures
(pastanaga i pèsols)
(* Tofu amb patates al forn
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de
carbassa i formatge
(* Ous saltats amb moniato
Pastís de Halloween

menús
sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

▲ A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!

Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

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

STOP MALBARATAMENT

ESTALVI D'AIGUA

MENÚ ESPECIAL

INTEGRAL

PA INTEGRAL

DENOMINACIÓ D'ORIGEN

PEIX FRESC

NOVA RECEPTE

PROTEÍNA VEGETAL

ECOLÒGIC

NOVA RECEPTE

KM 0

BENESTAR ANIMAL

ELABORACIÓ CASOLANA

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE CARN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures
(carbassó, pebrot i porros)
(* Truita francesa amb amanida
(enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

Macarrons amb salsa de tomàquet
i formatge
Lluç a les fines herbes amb
amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(* Hamburguesa vegetal a la
planxa amb ceba caramel·litzada i
timbal d'arròs
logurt

7

Patates estofades amb verdures
(porros, pebrot vermell i pastanaga)
(* Truita francesa amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

(* Mongeta verda amb patata
Lenties estofades amb quinoa i
verdures (pastanaga i pebrot)
Fruita del temps

9

(* Sopa vegetal amb galets
(* Hamburguesa vegetal al
forn amb amanida (enciam i
tomàquet)
logurt

10

Tricolor de verdures (mongeta verda,
patata i pastanaga)
(* Truita francesa amb amanida
(tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa
amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

Arròs a la cassola
(xampinyons i porros)
Truita de patates amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdures de
temporada (pastanaga, carbassó i patata)
(* Lluç arrebossat amb amanida
(tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(* Pèsols saltats amb ceba
(* Hamburguesa vegetal amb
patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro
(tomàquet i orenga)
Lluç a la mussolina d'alls amb
amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta
verda, bròquil i pastanaga)
(* Ous saltats amb xampinyons i
timbal d'arròs
logurt

21

Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i
formatge al forn amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

Paella de verdures (pèsols, pastanaga,
ceba i pebrots)
Truita francesa amb amanida (enciam,
blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

(* Crema de pastanaga
Mongetes blanques guisades amb
verdures (carbassa i porros)
logurt

24

Espirals a la carbonara
(crema de llet, formatge i xampinyons)
Lluç al forn amb amanida (enciam,
pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(* Hamburguesa vegetal a la
planxa amb tomàquet i patates
panaderes
Fruita del temps

28

Crema de carbassó amb crostons
(* Llacets a la bolonyesa (salsa de
tomàquet, ceba, pastanaga i tonyina)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(* Croquetes d'espinacs amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

(* Arròs amb verdures
(pastanaga i pèsols)
Suquet de rap amb patates
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de
carbassa i formatge
(* Ous saltats amb moniato
Pastís de Halloween

menús
sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

▲ A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...?

Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

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



ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PORC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(* Hamburguesa d'au a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs logurt

7

Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
(* Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, olives i pipes de girasol)
Fruita del temps

9

(* Escudella d'au amb galets
(* Carn d'olla (pollastre, botifarra d'au, col, pastanaga i cigrons)
logurt

10

Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

Arròs a la cassola (xampinyons i porros)
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata)
(* Gall dindi arrebossat amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(* Pèsols saltats amb ceba
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro (tomàquet i orenga)
Lluç a la mussolina d'alls amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
(* Daus de gall dindi saltats amb xampinyons i timbal d'arròs logurt

21

Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i formatge al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots)
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba)
logurt

24

Espirals a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons)
Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(* Mandonguilles d'au amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

Crema de carbassó amb crostons
(* Llacets a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn picada d'au)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
Croquetes de pollastre amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

(* Arròs amb verdures (pastanaga i pèsols)
Suquet de rap amb patates
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de carbassa i formatge
Estofat de vedella amb moniato
Pastís de Halloween

menús sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

🌿 A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...?

Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

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



ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE FRUITES DE PINYOL

FRUITES NO PERMESES: PRÈSSEC, ALBERCOC, NECTARINA
PARAGUAIÀ, CIRERA, PRUNA I NESPRA.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures
(carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb
amanida (enciam i tomàquet)
(* Fruita del temps permesa)

2

Macarrons amb salsa de tomàquet
i formatge
Lluç a les fines herbes amb
amanida (enciam, pastanaga i olives)
(* Fruita del temps permesa)

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
(* Fruita del temps permesa)

4

Crema de carbassa
Hamburguesa mixta a la planxa
amb ceba caramel·litzada i timbal
d'arròs
(* logurt natural)

7

Patates estofades amb verdures
(porros, pebrot vermell i pastanaga)
Truita francesa amb pernil dolç i
amanida (enciam, blat de moro i olives)
(* Fruita del temps permesa)

8

Lenties estofades amb quinoa i
verdures (pastanaga i pebrot)
Contra cuixa de pollastre a l'allet
amb amanida (enciam, olives i pipes de
girasol)
(* Fruita del temps permesa)

9

Escudella amb galets
Carn d'olla (pollastre, pilota, botifarra
negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
(* logurt natural)

10

Tricolor de verdures (mongeta verda,
patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la
planxa amb amanida (tomàquet, olives i
blat de moro)
(* Fruita del temps permesa)

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa
amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
(* Fruita del temps permesa)

14

Arròs a la cassola
(xampinyons i porros)
Truita de patates amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
(* Fruita del temps permesa)

15

Crema de verdures de
temporada (pastanaga, carbassó i patata)
Llom arrebossat amb amanida
(tomàquet, olives i blat de moro)
(* Fruita del temps permesa)

16

Pèsols saltats amb ceba i pernil
Pernillets de pollastre rostit amb
poma i patata al forn
(* Fruita del temps permesa)

17

Llacets al pomodoro
(tomàquet i orenga)
Lluç a la mussolina d'alls amb
amanida (enciam, olives i blat de moro)
(* Fruita del temps permesa)

18

Minestra de verdures (mongeta
verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i
timbal d'arròs
(* logurt natural)

21

Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i
formatge al forn amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
(* Fruita del temps permesa)

22

Paella de verdures (pèsols, pastanaga,
ceba i pebrots)
Truita francesa amb amanida (enciam,
blat de moro i olives)
(* Fruita del temps permesa)

23

Mongetes blanques guisades amb
verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa
amb pisto de verdures (tomàquet,
pebrots i ceba)
(* logurt natural)

24

Espirals a la carbonara
(crema de llet, formatge i xampinyons)
Lluç al forn amb amanida (enciam,
pastanaga i olives)
(* Fruita del temps permesa)

25

Bròquil a la gallega
Mandonguilles mixtes amb
tomàquet i patates panaderes
(* Fruita del temps permesa)

28

Crema de carbassó amb crostons
Llacets a la bolonyesa (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carn mixta)
(* Fruita del temps permesa)

29

Mongeta verda amb patata
Croquetes de pollastre amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
(* Fruita del temps permesa)

30

Arròs 3 delícies (pernil dolç, pastanaga i
pèsols)
Suquet de rap amb patates
(* Fruita del temps permesa)

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de
carbassa i formatge
Estofat de vedella amb moniato
Pastís de Halloween



Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

🌿 A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor! 🍂

Bon profit i feliç Castaween! 🍁

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

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



ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE FRUITS SECS

*SENSE OPCIÓ DE PA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(* Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs logurt

7

Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
(* Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

9

(* Escudella casolana amb galets
(* Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons) logurt

10

Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

(* Arròs a la cassola (xampinyons i porros) amb brou casolà
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata)
Llom arrebossat amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Pèsols saltats amb ceba i pernil
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro (tomàquet i orenga)
(* Lluç al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs logurt

21

Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i formatge al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

(* Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots) amb brou casolà
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba) logurt

24

Espirals a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons)
Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(* Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

(* Crema de carbassó sense crostons
(* Llacets a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn mixta picada sense al·lèrgens)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(* Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

Arròs 3 delícies (pernil dolç, pastanaga i pèsols)
(* Suquet de rap amb brou casolà i patates
Fruita del temps

31

CASTAWEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de carbassa i formatge
Estofat de vedella amb moniato
(* Postre especial sense al·lèrgens

menús sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

✨ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

🌿 A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiosos





ESCOLA SANTA DOROTEA

(SENSE FRUITS SECS NI LLEGUMS)

*SENSE OPCIO DE PA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdres (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

(*) Coliflor amb patata
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs logurt

7

Patates estofades amb verdres (porros, pebrot vermell i pastanaga)
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

(*) Quinoa saltada amb verdres (pastanaga i pebrot)
(*) Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

9

(*) Escudella casolana amb galets
(*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra i blanca sense al·lèrgens, col, pastanaga)
logurt

10

Tricolor de verdres (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

(*) Arròs a la cassola (xampinyons i porros) amb brou casolà
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdres de temporada (pastanaga, carbassó i patata)
Llom arrebossat amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Espinacs saltades amb ceba i pernil
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro (tomàquet i orenga)
(*) Lluç al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdres (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs logurt

21

Crema de porros
(*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

(*) Paella de verdres (pastanaga, ceba i pebrots) amb brou casolà
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

(*) Crema de verdres (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdres (tomàquet, pebrots i ceba)
logurt

24

Espirals a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons)
Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

(*) Crema de carbassó sense crostons
(*) Llacets a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn mixta picada sense al·lèrgens)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

(*) Arròs 3 delícies (pernil dolç i pastanaga)
(*) Suquet de rap amb brou casolà i patates
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de carbassa i formatge
Estofat de vedella amb moniato
(*) Postre especial sense al·lèrgens

menús sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

🌿 A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiosos

- STOP MALBARATAMENT
- ESTALVI D'AIGUA
- MENÚ ESPECIAL
- INTEGRAL
- PA INTEGRAL
- DENOMINACIÓ D'ORIGEN
- PEIX FRESC
- NOVA RECEPTE
- PROTEÍNA VEGETAL
- ECOLÒGIC
- Menjar de proximitat KM 0
- BENESTAR ANIMAL
- ELABORACIÓ CASOLANA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE FRUITS SECS NI OU

*SENSE OPCIO DE PA



Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

🌿 A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

7 Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
(* Fogoner al forn amb amanida (enciarn, blat de moro i olives)
Fruita del temps

14 (* Arròs a la cassola (xampinyons i porros) amb brou casolà)
(* Rap al forn amb amanida (enciarn, tomàquet i olives)
Fruita del temps

21 Crema de porros
(* Hamburguesa d'au sense al·lèrgens al forn amb amanida (enciarn, tomàquet i olives)
Fruita del temps

28 (* Crema de carbassó sense crostons)
(* Pasta sense ou a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn mixta picada sense al·lèrgens)
Fruita del temps

8 Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
(* Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciarn, olives i tomàquet)
Fruita del temps

15 Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata)
(* Llom arrebossat sense ou amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

22 (* Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots) amb brou casolà)
(* Llom a la planxa amb amanida (enciarn, blat de moro i olives)
Fruita del temps

29 Mongeta verda amb patata
(* Pollastre arrebossat sense ou amb amanida (enciarn, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9 (* Escudella casolana amb pasta sense ou
(* Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
logurt

16 Pèsols saltats amb ceba i pernil
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

23 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba)
logurt

30 Arròs 3 delícies (pernil dolç, pastanaga i pèsols)
(* Suquet de rap amb brou casolà i patates
Fruita del temps

10 Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

17 (* Pasta sense ou al pomodoro (tomàquet i orenga)
(* Lluç al forn amb amanida (enciarn, olives i blat de moro)
Fruita del temps

24 (* Pasta sense ou saltada amb xampinyons
Lluç al forn amb amanida (enciarn, pastanaga i olives)
Fruita del temps

31 **MENÚ ESPECIAL**
(* Pasta sense ou amb salsa de carbassa
Estofat de vedella amb moniato
(* Postre especial sense al·lèrgens

11 Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciarn, pastanaga i olives)
Fruita del temps

18 Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs logurt

25 Bròquil a la gallega
(* Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

4 Crema de carbassa
(* Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs logurt

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

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiosos

- STOP MALBARATAMENT
- ESTALVI D'AIGUA
- MENÚ ESPECIAL
- INTEGRAL
- PA INTEGRAL
- DENOMINACIÓ D'ORIGEN
- PEIX FRESC
- NOVA RECEPTE
- PROTEÍNA VEGETAL
- ECOLÒGIC
- Menja de productes locals KM 0
- BENESTAR ANIMAL
- ELABORACIÓ CASOLANA

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PEIX

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
(* Llom a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(* Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs logurt

7

Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, olives i pipes de girasol)
Fruita del temps

9

(* Escudella casolana amb galets
(* Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
logurt

10

Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
(* Llom a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

(* Arròs a la cassola (xampinyons i porros) amb brou casolà
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata)
Llom arrebossat amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Pèsols saltats amb ceba i pernil
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro (tomàquet i orenga)
(* Truita francesa amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs logurt

21

Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i formatge al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

(* Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots) amb brou casolà
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba)
logurt

24

Espirals a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons)
(* Truita francesa amb amanida amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(* Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

(* Crema de carbassó sense crostons
(* Llacets a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn mixta picada sense al·lèrgens)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(* Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

Arròs 3 delícies (pernil dolç, pastanaga i pèsols)
(* Truita francesa amb patates al forn
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de carbassa i formatge
Estofat de vedella amb moniato
(* Postre especial sense al·lèrgens

menús sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

▲ A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!

Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiosos



ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PEIX NI NOUS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
(* Llom a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(* Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs logurt

7

Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
(* Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam i olives)
Fruita del temps

9

(* Escudella casolana amb galets
(* Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
logurt

10

Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
(* Llom a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

(* Arròs a la cassola (xampinyons i porros) amb brou casolà
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata)
Llom arrebossat amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Pèsols saltats amb ceba i pernil
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro (tomàquet i orenga)
(* Truita francesa amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs logurt

21

Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i formatge al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

(* Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots) amb brou casolà
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba)
logurt

24

Espirals a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons)
(* Truita francesa amb amanida amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(* Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

(* Crema de carbassó sense crostons
(* Llacs a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn mixta picada sense al·lèrgens)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(* Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

Arròs 3 delícies (pernil dolç, pastanaga i pèsols)
(* Truita francesa amb patates al forn
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de carbassa i formatge
Estofat de vedella amb moniato
(* Postre especial sense al·lèrgens

menús sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

✨ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

🌿 A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!

Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiosos



ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PLV

*SENSE OPCIO DE PA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures (carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

(*) Macarrons amb salsa de tomàquet
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

(*) Crema de carbassa sense làctics
(*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens a la planxa amb ceba caramel·litzada i timbal d'arròs
(*) logurt de soja

7

Patates estofades amb verdures (porros, pebrot vermell i pastanaga)
(*) Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

Lenties estofades amb quinoa i verdures (pastanaga i pebrot)
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, olives i pipes de girasol)
Fruita del temps

9

(*) Escudella d'au casolana amb galets
(*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
(*) logurt de soja

10

Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

(*) Arròs a la cassola (xampinyons i porros) amb brou casolà
Truita de patates amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

(*) Crema de verdures de temporada (pastanaga, carbassó i patata) sense làctics
Llom arrebossat amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Pèsols saltats amb ceba
Pernillets de pollastre rostit amb poma i patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro (tomàquet i orenga)
(*) Lluç al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta verda, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb xampinyons i timbal d'arròs
(*) logurt de soja

21

(*) Crema de porros sense làctics
(*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

(*) Paella de verdures (pèsols, pastanaga, ceba i pebrots) amb brou casolà
Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa amb pisto de verdures (tomàquet, pebrots i ceba)
(*) logurt de soja

24

(*) Espirals saltats amb xampinyons
Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(*) Mandonguilles d'au sense al·lèrgens amb tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

(*) Crema de carbassó sense crostons ni làctics
(*) Llacets a la bolonyesa (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carn d'au picada sense al·lèrgens)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
(*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

(*) Arròs 3 delícies (pastanaga i pèsols)
(*) Suquet de rap amb brou casolà i patates
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
(*) Macarrons amb salsa de carbassa sense làctics
(*) Daus de gall dindi saltats amb moniato
(*) Postre especial sense al·lèrgens

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

▲ A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i felicitat Castaween!

Sabies que...? Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Triem aliments locals i de tardor!

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

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



ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PORC NI VEDELLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs amb verdures
(carbassó, pebrot i porros)
Pernillets de pollastre al forn amb
amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps

2

Macarrons amb salsa de tomàquet
i formatge
Lluç a les fines herbes amb
amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

3

Cigrons estofats amb espinacs
Truita de patates amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

4

Crema de carbassa
(* Hamburguesa d'au a la planxa
amb ceba caramel·litzada i timbal
d'arròs
logurt

7

Patates estofades amb verdures
(porros, pebrot vermell i pastanaga)
(* Truita francesa amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

8

Lenties estofades amb quinoa i
verdures (pastanaga i pebrot)
Contra cuixa de pollastre a l'allet
amb amanida (enciam, olives i pipes de
girasol)
Fruita del temps

9

(* Escudella d'au amb galets
(* Carn d'olla (pollastre, botifarra
d'au, col, pastanaga i cigrons)
logurt

10

Tricolor de verdures (mongeta verda,
patata i pastanaga)
Contra cuixa de pollastre a la
planxa amb amanida (tomàquet, olives i
blat de moro)
Fruita del temps

11

Arròs amb tomàquet
Peix fresc segons mercat a la planxa
amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

14

Arròs a la cassola
(xampinyons i porros)
Truita de patates amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

15

Crema de verdures de
temporada (pastanaga, carbassó i patata)
(* Gall dindi arrebossat amb
amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(* Pèsols saltats amb ceba
Pernillets de pollastre rostit amb
poma i patata al forn
Fruita del temps

17

Llacets al pomodoro
(tomàquet i orenga)
Lluç a la mussolina d'alls amb
amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

18

Minestra de verdures (mongeta
verda, bròquil i pastanaga)
(* Daus de gall dindi saltats amb
xampinyons i timbal d'arròs
logurt

21

Crema de porros
Hamburguesa de coliflor i
formatge al forn amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

22

Paella de verdures (pèsols, pastanaga,
ceba i pebrots)
Truita francesa amb amanida (enciam,
blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Mongetes blanques guisades amb
verdures (carbassa i porros)
Cuixa de pollastre a la planxa
amb pisto de verdures (tomàquet,
pebrots i ceba)
logurt

24

Espirals a la carbonara
(crema de llet, formatge i xampinyons)
Lluç al forn amb amanida (enciam,
pastanaga i olives)
Fruita del temps

25

Bròquil a la gallega
(* Mandonguilles d'au amb
tomàquet i patates panaderes
Fruita del temps

28

Crema de carbassó amb crostons
(* Llacets a la bolonyesa (salsa de
tomàquet, ceba, pastanaga i carn picada d'au)
Fruita del temps

29

Mongeta verda amb patata
Croquetes de pollastre amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

30

(* Arròs amb verdures
(pastanaga i pèsols)
Suquet de rap amb patates
Fruita del temps

31

CASTAWEEEN
MENÚ ESPECIAL
Macarrons amb salsa de
carbassa i formatge
(* Daus de gall dindi saltats
amb moniato
Pastís de Halloween

menús
sostenibles

endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

Octubre Màgic!

Hola, exploradors!

Aquest octubre, la natura es vesteix de colors daurats i ens convida a celebrar **Castaween**, una fusió màgica de la Castanyada i Halloween.

★ Els dies s'escurcen i el fred ens convida a gaudir de delícies de tardor: castanyes calentes, moniatos dolços i panallets fets amb ametlles i amor.

🌿 A l'escola, decorarem les aules amb dibuixos de carbasses i fulles caigudes, creant un ambient festiu i acollidor.

Us recordem la importància de cuidar l'aigua i gaudir de productes locals i de temporada.

Prepareu-vos per un mes ple de diversió i sabor!
Bon profit i feliç Castaween!

Sabies que...?

Menjar carbasses i moniatos de temporada l'omple d'energia i ajuda a cuidar el planeta!

Trià aliments locals i de tardor!

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

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

