



Hola, soc **CAROTET**
el xef viatger
d'Endermar
que us acompanyarà
tot el curs
amb consells
nutricionals!

Bon profit!

**Bons
Hàbits!**
Menja amb calma
i participa en deu baixa
al menjador.
Mastegar bé i escollir als altres
fa que menjar sigui més sa
i agradable
per tothom.

DILLUNS

ESCOLA SANTA DOROTEA

BASAL

*NOMÉS ES PODRÀ DISPOSAR DE SEGONA OPCIÓ
A PARIR DE 6È DE PRIMÀRIA

6 Patates estofades amb
hortalisses (pastanaga, mongeta verda i
porros)
Trita francesa amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
*Estofat de vedella
Fruita del temps

Espinacs a la catalana
Bacallà amb carbassa al forn
logurt

13 Bròquil amb patata
Salsitxes del país a la planxa
amb tomàquet al forn
*Pollastre a la planxa
Fruita del temps

Amanida mixta amb tonyina
Lluç amb salsa verda i pèsols
logurt

20 Crema de pastanaga
Ragú de vedella amb patates
a daus
*Peix blanc a la planxa
Fruita del temps

Amanida caprese
Pizza de tonyina
Bol de iogurt amb fruita

27 Espirals a la carbonara
(crema de llet, xampinyons i formatge)
Trita de carbassó amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
*Llom a la planxa
Fruita del temps

Purè de pèsols
Llom a la planxa amb amanida
logurt

DIMARTS

7 Crema de carbassa
Hamburguesa mixta a la
planxa amb amanida (enciam,
tomàquet i olives)
*Peix blanc al forn
Fruita del temps

Mongeta verda amb patata
Nuggets vegetals amb tomàquet al forn
logurt

14 Mongetes blanques amb
sofregit d'hortalisses (pebrots,
pastanaga, tomàquet i carbassó)
Trita de patates amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
*Croquetes de pernil
Fruita del temps

Amanida de fruits secs i alcovot
Llom amb carbassó gratinat
logurt

21 Estofat de cigrons amb
verdures (porros i carbassó)
Trita francesa amb pernil dolç
i amanida (enciam, pastanaga i olives)
*Wok de daus de pollastre
Fruita del temps

Amanida verda amb quinoa
Botifarra a la planxa amb verdures saltades
logurt

28 Panatxé (bròquil, patata, coliflor i
pastanaga)
Daus de gall dindi saltats amb
quinoa, ceba i pebrot vermell
*Peix blanc al forn
Fruita del temps

Albergínia al forn amb oli, julivert i pa ratllat
Crep de pollastre amb tomàquet amanit
logurt amb fruits secs

DIMECRES

1 Crema de verdures de
temporada (pastanaga i carbassó)
Pernilets de pollastre rostits
amb xampinyons i patata
*Trita de patates
Fruita del temps

Coliflor a la gallega
Lluç amb salsa verda i pèsols
Quallada amb mel

8 Arròs amb tomàquet
Cuixa de pollastre a la planxa
amb saltat de ceba i pebrots
*Crestes de tonyina
logurt

Amanida de l'hort
Llenguado a la planxa amb bolets
Fruita del temps

15 Crema de carbassó amb
crostons
Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, olives i tomàquet)
*Caella al forn
Fruita del temps

Hummus amb bastonets de pastanaga
Bacallà al forn amb amanida
logurt

22 Macarrons al pomodoro
(tomàquet i orenga)
Hamburguesa de coliflor i
formatge amb amanida (tomàquet,
olives i blat de moro)
*Botifarra de porc a la planxa
Fruita del temps

Timbal d'arròs amb oli i alfàbrega
Gall dindi a la planxa amb amanida
logurt

29 Paella vegetal (mongeta verda,
carbassa i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i
amanida (enciam, pastanaga i olives)
*Pollastre al forn
Fruita del temps

Wok de fideus d'arròs amb vedella i verdures
logurt

DIJOUS

2 Sopa juliana amb fideus
(brou vegetal, porros, col i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa
amb amanida (enciam i olives)
*Hamburguesa vegetal a la planxa
Fruita del temps

Patates a la marinera
Trita d'espàrrecs
logurt

9 Tallarins amb verdures
i salsa de soja (col i pastanaga)
Lluç a les fines herbes amb
amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
*Llom a la planxa
Fruita del temps

Tricolor de verdures
Cap de llom amb salsa de ceba
logurt

16 Escudella amb galets
Carn d'olla (pollastre, pilota, botifarra
negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
*Trita francesa amb formatge
Fruita del temps

Mongeta verda saltada amb ceba
Pintxo de gall dindi amb verdures
logurt

23 Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (enciam,
tomàquet i blat de moro)
*Trita d'espinacs
Fruita del temps

Crema de verdures
Rap amb carxofes al forn
logurt

30 Cigrons guisats amb col i
pastanaga
Pernilets de pollastre al forn
amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
*Trita de patata
Fruita del temps

Cuscús amb pebrots i pastanaga
Orada al papillot amb espàrrecs
logurt

DIVENDRES

3 Llenties estofades amb arròs
Varetes de peix amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
*Pollastre al forn
logurt

Minestra de verdures
Bistec de vedella amb moniato rostit
Fruita del temps

10 Pèsols amb ceba i pernil
Daus de gall dindi guisats amb
timbal d'arròs
*Ous durs amb beixamel
Fruita del temps

Crema de carbassa
Remenat d'ou amb amanida
logurt

17 Arròs a la cassola
(xampinyons i porros)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
*Cap de llom al forn
logurt

Crema de moniato
Remenat d'ou amb xips de carbassó
Poma al forn amb canyella

24 Arròs 3 delícies (pernil dolç, truita,
pastanaga i pèsols)
Peix fresc segons mercat al
forn amb samfaina (tomàquet,
albergínia, pebrots i ceba)
*Rotllets de primavera
logurt

Amanida mixta
Trita de patates amb llesca de pa integral
Fruita del temps

31 **MENÚ ESPECIAL
CASTANYADA**
Crema de carbassa amb
crostonets de pa
Mandonguilles mixtes amb
salsa de tomàquet i xips de
moniato
Pastís de xocolata

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I
AIGUA

*PROPOSTA DE SOPARS A DIARI

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.

e
endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

www.endermar.com

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE GLUTEN

6

Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros)
Trita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

7

(*) Crema de carbassa sense crostons
(*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
Salsitxes del país a la planxa amb tomàquet al forn
Fruita del temps

14

Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó)
Trita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

20

Crema de pastanaga
Ragú de vedella amb patates a daus
Fruita del temps

21

Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

27

(*) Pasta sense gluten a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge)
Trita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

28

Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga)
Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell
Fruita del temps

1

Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó)
Pernils de pollastre rostits amb xampinyons i patata
Fruita del temps

8

Arròs amb tomàquet
Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots
logurt

15

(*) Crema de carbassó sense crostons
(*) Pollastre arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

22

(*) Pasta sense gluten al pomodoro (tomàquet i orenga)
(*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

29

(*) Paella vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

2

(*) Sopa juliana amb pasta sense gluten (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam i olives)
Fruita del temps

9

(*) Pasta sense gluten amb verdures (col i pastanaga)
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

16

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

23

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

30

Cigrons guisats amb col i pastanaga
Pernils de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

3

(*) Llenties sense gluten estofades amb arròs
(*) Peix blanc arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
logurt

10

Pèsols amb ceba i pernil
Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs
Fruita del temps

17

(*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
logurt

24

Arròs 3 delícies (pernil dolç, truita, pastanaga i pèsols)
Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba)
logurt

31

MENÚ ESPECIAL CASTANYADA
(*) Crema de carbassa sense crostons de pa
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato
(*) Pa de pessic sense al·lèrgens

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA SENSE GLUTEN I AIGUA

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



e
endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

www.endermar.com

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE LACTOSA

6

Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros)
Trita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

7

(*) Crema de carbassa sense crostons ni làctics
(*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
Salsitxes del país a la planxa amb tomàquet al forn
Fruita del temps

14

Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó)
Trita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

20

(*) Crema de pastanaga sense làctics
Ragú de vedella amb patates a daus
Fruita del temps

21

Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

27

(*) Espirals saltats amb xampinyons
Trita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

28

Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga)
Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell
Fruita del temps

1

(*) Crema de verdures de temporada sense làctics (pastanaga i carbassó)
Pernilets de pollastre rostits amb xampinyons i patata
Fruita del temps

8

Arròs amb tomàquet
Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots
(*) logurt sense lactosa

15

(*) Crema de carbassó sense crostons ni làctics
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

22

Macarrons al pomodoro (tomàquet i orenga)
(*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

29

(*) Paella vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

2

(*) Sopa juliana amb fideus (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam i olives)
Fruita del temps

9

Tallarins amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga)
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

16

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

23

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

30

Cigrons guisats amb col i pastanaga
Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

3

Llenties estofades amb arròs
(*) Peix blanc arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
(*) logurt sense lactosa

10

Pèsols amb ceba i pernil
Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs
Fruita del temps

17

(*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
(*) logurt sense lactosa

24

Arròs 3 delícies (pernil dolç, truita, pastanaga i pèsols)
Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba)
(*) logurt sense lactosa

31

MENÚ ESPECIAL CASTANYADA
(*) Crema de carbassa sense crostons de pa ni làctics
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato
(*) Pa de pessic sense al·lèrgens

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
BLANC I AIGUA

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



e
endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en teu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

www.endermar.com

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE FRUCTOSA

6

- (*) Puré de patata
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

7

- (*) Crema de carbassa sense crostons
- (*) Hamburguesa mixta sense fructosa a la planxa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

1

- (*) Crema de carbassó
- (*) Pernilets de pollastre al forn amb xampinyons i patata
- (*) logurt natural

2

- (*) Sopa d'au casolana amb fideus
- (*) Botifarra de pagès sense fructosa a la planxa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

3

- (*) 1/2R Llenties bullides amb arròs
- (*) Peix blanc arrebossat amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

13

- Bròquil amb patata
- (*) Salsitxes del país sense fructosa amb albergínia al forn
- (*) logurt natural

14

- (*) 1/2R Mongetes blanques bullides amb carbassa
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

15

- (*) Crema de carbassó sense crostons
- (*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

16

- (*) Sopa d'au casolana amb galets
- (*) Carn d'olla (pollastre, botifarra d'au sense fructosa, col i cigrons)
- (*) logurt natural

17

- (*) Arròs saltat amb xampinyons
- (*) **Peix fresc segons mercat** al forn amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

20

- (*) Crema de xampinyons
- (*) Daus de vedella saltats amb patates a daus
- (*) logurt natural

21

- (*) 1/2R Cigrons saltats amb carbassó
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

22

- (*) Macarrons amb oli i orenga
- (*) Hamburguesa d'au sense fructosa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

23

- (*) Coliflor amb patata
- (*) Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

24

- (*) Arròs bullit amb oli i alfàbrega
- (*) **Peix fresc segons mercat** amb albergínia al forn
- (*) logurt natural

27

- (*) Espirals saltats amb xampinyons i formatge
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

28

- (*) Panatxé (bròquil, patata i coliflor)
- (*) Daus de gall dindi saltats amb quinoa
- (*) logurt natural

29

- (*) Arròs saltat amb carbassa
- (*) Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

30

- (*) 1/2R Cigrons saltats amb col
- (*) Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

31

MENÚ ESPECIAL CASTANYADA

- (*) Crema de carbassa sense crostonets de pa
- (*) Mandonguilles mixtes sense fructosa amb patates xips
- (*) Pa de pessic casolà sense fructosa

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
BLANC I AIGUA

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



e
endermar
SERVEIS
D'ALIMENTACIÓ

**menús
sostenibles**

~Octubre 2025~

**LABORATORI MÀGIC
DE TARDOR!**
Aquest octubre transformem la
cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET**
el xef viatger
d'Endermar
que us acompanyarà
tot el curs
amb consells
nutricionals!

Bon profit!

**Bons
Hàbits!**
Menja amb calma
i parla en teu baixa
al menjador.
Mastegar bé i escollir als altres
fa que menjar sigui més sa
i agradable
per tothom.

www.endermar.com

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA OVOLACTOVEGETARIÀ

6

Patates estofades amb
hortalisses (pastanaga, mongeta verda i
porros)
Truita francesa amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

7

Crema de carbassa
(*) Hamburguesa vegetal a la
planxa amb amanida (enciam,
tomàquet i olives)
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
(*) Hamburguesa vegetal a la
planxa amb tomàquet al forn
Fruita del temps

14

Mongetes blanques amb
sofregit d'hortalisses (pebrots,
pastanaga, tomàquet i carbassó)
Truita de patates amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

20

Crema de pastanaga
(*) Tofu al forn amb patates
a daus
Fruita del temps

21

Estofat de cigrons amb
verdures (porros i carbassó)
(*) Truita francesa amb
amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

27

Espirals a la carbonara
(crema de llet, xampinyons i formatge)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

28

Panatxé (bròquil, patata, coliflor i
pastanaga)
(*) Tofu al forn amb quinoa,
ceba i pebrot vermell
Fruita del temps

1

Crema de verdures de
temporada (pastanaga i carbassó)
(*) Truita francesa amb
xampinyons i patata
Fruita del temps

8

Arròs amb tomàquet
(*) Remenat d'ou amb saltat
de ceba i pebrots
logurt

15

Crema de carbassó amb
crostons
(*) Falafel amb amanida (enciam,
olives i tomàquet)
Fruita del temps

22

Macarrons al pomodoro
(tomàquet i orenga)
Hamburguesa de coliflor i
formatge amb amanida (tomàquet,
olives i blat de moro)
Fruita del temps

29

Paella vegetal (mongeta verda,
carbassa i pèsols)
(*) Seità al forn amb llimona i
amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

2

Sopa juliana amb fideus
(brou vegetal, porros, col i pastanaga)
(*) Hamburguesa vegetal a la
planxa amb amanida (enciam i
olives)
Fruita del temps

9

Tallarins amb verdures
i salsa de soja (col i pastanaga)
(*) Tofu a les fines herbes amb
amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Escudella vegetal amb
galets
(*) Col, pastanaga i cigrons
Fruita del temps

23

Mongeta verda amb patata
(*) Remenat d'ou amb
amanida (enciam, tomàquet i blat de
moro)
Fruita del temps

30

Cigrons guisats amb col i
pastanaga
(*) Ous durs amb amanida (enciam,
tomàquet i olives)
Fruita del temps

3

Llenties estofades amb arròs
(*) Croquetes d'espínacs amb
amanida (enciam, tomàquet i blat de
moro)
logurt

10

(*) Pèsols amb ceba i
pastanaga
(*) Ous durs amb timbal
d'arròs
Fruita del temps

17

Arròs a la cassola
(xampinyons i porros)
(*) Seità al forn amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
logurt

24

(*) Arròs amb verdures
(xampinyons, pastanaga i pèsols)
(*) Seità al forn amb
samfaina (tomàquet, albergínia,
pebrots i ceba)
logurt

31

MENÚ ESPECIAL CASTANYADA

Crema de carbassa amb
crostonets de pa
(*) Hamburguesa vegetal
amb salsa de tomàquet i xips
de moniato
Pastís de xocolata

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I
AIGUA

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



SERVIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en teu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó) (*) Truita francesa amb xampinyons i patata Fruita del temps	2 Sopa juliana amb fideus (brou vegetal, porros, col i pastanaga) (*) Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	3 Llenties estofades amb arròs Varetes de peix amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt
6 Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros) Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	7 Crema de carbassa (*) Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	8 Arròs amb tomàquet (*) Remenat d'ou amb saltat de ceba i pebrots logurt	9 Tallarins amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	10 (*) Pèsols amb ceba i pastanaga (*) Ous durs amb timbal d'arròs Fruita del temps
13 Bròquil amb patata (*) Hamburguesa vegetal a la planxa amb tomàquet al forn Fruita del temps	14 Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó) Truita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	15 Crema de carbassó amb crostons (*) Falafel amb amanida (enciam, olives i tomàquet) Fruita del temps	16 (*) Escudella vegetal amb galets (*) Col, pastanaga i cigrons Fruita del temps	17 Arròs a la cassola (xampinyons i porros) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt
20 Crema de pastanaga (*) Peix blanc al forn amb patates a daus Fruita del temps	21 Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó) (*) Truita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	22 Macarrons al pomodoro (tomàquet i orenga) Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro) Fruita del temps	23 Mongeta verda amb patata (*) Remenat d'ou amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	24 (*) Arròs amb verdures (xampinyons, pastanaga i pèsols) Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba) logurt
27 Espirals a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Truita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	28 Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga) (*) Peix blanc al forn amb quinoa, ceba i pebrot vermell Fruita del temps	29 Paella vegetal (mongeta verda, carbassa i pèsols) Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	30 Cigrons guisats amb col i pastanaga (*) Ous durs amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	31 MENÚ ESPECIAL CASTANYADA Crema de carbassa amb crostonets de pa (*) Hamburguesa vegetal amb salsa de tomàquet i xips de moniato Pastís de xocolata

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I AIGUA

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

KM 0

BENESTAR ANIMAL

ELABORACIÓ CASOLANA



~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!

Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!



Bon profit!

Bons Hàbits!
Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador.
Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE FRUITS SECS

6

Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros)
Trita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

7

(*) Crema de carbassa sense crostons
(*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
Salsitxes del país a la planxa amb tomàquet al forn
Fruita del temps

14

Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó)
Trita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

20

Crema de pastanaga
Ragú de vedella amb patates a daus
Fruita del temps

21

Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

27

Espirals a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge)
Trita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

28

Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga)
Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell
Fruita del temps

1

Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó)
Pernils de pollastre rostits amb xampinyons i patata
Fruita del temps

8

Arròs amb tomàquet
Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots
logurt

15

(*) Crema de carbassó sense crostons
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

22

Macarrons al pomodoro (tomàquet i orenga)
Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

29

(*) Paella vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

2

(*) Sopa juliana amb fideus (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam i olives)
Fruita del temps

9

Tallarins amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga)
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

16

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

23

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

30

Cigrons guisats amb col i pastanaga
Pernils de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

3

Llenties estofades amb arròs
(*) Peix blanc arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
logurt

10

Pèsols amb ceba i pernil
Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs
Fruita del temps

17

(*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
logurt

24

Arròs 3 delícies (pernil dolç, truita, pastanaga i pèsols)
Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba)
logurt

31

MENÚ ESPECIAL CASTANYADA
(*) Crema de carbassa sense crostons de pa
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato
(*) Pa de pessic sense al·lèrgens

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I AIGUA

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

e
endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

www.endermar.com

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

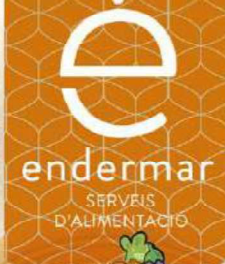
ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE FRUITS SECS NI OU

6	Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros) (*) Peix blanc al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	7	(*) Crema de carbassa sense crostons (*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	1	Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó) Pernilets de pollastre rostits amb xampinyons i patata Fruita del temps	2	(*) Sopa juliana amb pasta sense ou (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga) Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	3	Llenties estofades amb arròs (*) Peix blanc arrebossat sense ou amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt
13	Bròquil amb patata Salsitxes del país a la planxa amb tomàquet al forn Fruita del temps	14	Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó) (*) Daus de gall dindi saltats amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	8	Arròs amb tomàquet Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots logurt	9	(*) Pasta sense ou amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	10	Pèsols amb ceba i pernil Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs Fruita del temps
20	Crema de pastanaga Ragú de vedella amb patates a daus Fruita del temps	21	Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó) (*) Peix blanc a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	15	(*) Crema de carbassó sense crostons (*) Pollastre arrebossat sense ou amb amanida (enciam, olives i tomàquet) Fruita del temps	16	(*) Escudella casolana amb pasta sense ou (*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons) Fruita del temps	17	(*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt
27	(*) Pasta sense ou a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) (*) Cap de llom al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	28	Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga) Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell Fruita del temps	22	(*) Pasta sense ou al pomodoro (tomàquet i orenga) (*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro) Fruita del temps	23	Mongeta verda amb patata Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	24	(*) Arròs amb verdures (xampinyons, pastanaga i pèsols) Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba) logurt
				29	(*) Paella vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i pèsols) Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	30	Cigrons guisats amb col i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	31	MENÚ ESPECIAL CASTANYADA (*) Crema de carbassa sense crostonets de pa (*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato (*) Pa de pessic sense al·lèrgens

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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





SERVIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó) Pernilets de pollastre rostits amb xampinyons i patata Fruita del temps	2 (*) Sopa juliana amb pasta sense llegums (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga) (*) Botifarra de pagès sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	3 (*) Arròs saltat amb oli i alfàbrega (*) Peix blanc arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt
6 Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros) Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	7 (*) Crema de carbassa sense crostons (*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	8 Arròs amb tomàquet Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots logurt	9 (*) Pasta sense llegums amb verdures (col i pastanaga) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	10 (*) Bledes amb patata Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs Fruita del temps
13 Bròquil amb patata (*) Salsitxes del país sense al·lèrgens a la planxa amb tomàquet al forn Fruita del temps	14 (*) Espinacs saltades amb panses Truita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	15 (*) Crema de carbassó sense crostons (*) Pollastre arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, olives i tomàquet) Fruita del temps	16 (*) Escudella casolana amb pasta sense llegums (sense cigrons) (*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col i pastanaga) Fruita del temps	17 (*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt
20 Crema de pastanaga Ragú de vedella amb patates a daus Fruita del temps	21 (*) Coliflor amb patata Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	22 (*) Pasta sense llegums al pomodoro (tomàquet i orenga) Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro) Fruita del temps	23 Mongeta verda amb patata Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	24 (*) Arròs amb verdures (xampinyons i pastanaga) Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba) logurt
27 (*) Pasta sense llegums saltada amb xampinyons Truita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	28 Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga) Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell Fruita del temps	29 (*) Arròs saltat amb carbassa Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	30 (*) Verdura bullida (col i pastanaga) Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	31 MENÚ ESPECIAL CASTANYADA (*) Crema de carbassa sense crostonets de pa (*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato (*) Gelatina

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

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



SERVIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó) Pernilets de pollastre rostits amb xampinyons i patata Fruita del temps	2 (*) Sopa juliana amb pasta sense llegums (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga) (*) Botifarra de pagès sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	3 (*) Arròs saltat amb oli i alfàbrega (*) Peix blanc arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt
6 Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros) Truita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	7 (*) Crema de carbassa sense crostons (*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	8 Arròs amb tomàquet Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots logurt	9 (*) Pasta sense llegums amb verdures (col i pastanaga) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	10 (*) Bledes amb patata Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs Fruita del temps
13 Bròquil amb patata (*) Salsitxes del país sense al·lèrgens a la planxa amb tomàquet al forn Fruita del temps	14 (*) Espinacs saltades amb panses Truita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	15 (*) Crema de carbassó sense crostons (*) Pollastre arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, olives i tomàquet) Fruita del temps	16 (*) Escudella casolana amb pasta sense llegums (sense cigrons) (*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col i pastanaga) Fruita del temps	17 (*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt
20 Crema de pastanaga Ragú de vedella amb patates a daus Fruita del temps	21 (*) Coliflor amb patata Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	22 (*) Pasta sense llegums al pomodoro (tomàquet i orenga) Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro) Fruita del temps	23 Mongeta verda amb patata Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	24 (*) Arròs amb verdures (xampinyons i pastanaga) Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba) logurt
27 (*) Pasta sense llegums saltada amb xampinyons Truita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	28 Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga) Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell Fruita del temps	29 (*) Arròs saltat amb carbassa Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	30 (*) Verdura bullida (col i pastanaga) Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	31 MENÚ ESPECIAL CASTANYADA (*) Crema de carbassa sense crostonets de pa (*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato (*) Gelatina

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

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



e
endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

www.endermar.com

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE OU

6 Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros)
(*) Peix blanc al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

7 Crema de carbassa amb crostons
(*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

13 Bròquil amb patata
Salsitxes del país a la planxa amb tomàquet al forn
Fruita del temps

14 Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó)
(*) Daus de gall dindi saltats amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

20 Crema de pastanaga
Ragú de vedella amb patates a daus
Fruita del temps

21 Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó)
(*) Peix blanc a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

27 (*) Pasta sense ou a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge)
(*) Cap de llom al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

28 Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga)
Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell
Fruita del temps

1 Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó)
Pernilets de pollastre rostits amb xampinyons i patata
Fruita del temps

8 Arròs amb tomàquet
Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots
logurt

15 Crema de carbassó amb crostons
(*) Pollastre arrebossat sense ou amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

22 (*) Pasta sense ou al pomodoro (tomàquet i orenga)
(*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

29 (*) Paella vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

2 (*) Sopa juliana amb pasta sense ou (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam i olives)
Fruita del temps

9 (*) Pasta sense ou amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga)
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

16 (*) Escudella casolana amb pasta sense ou
(*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons)
Fruita del temps

23 Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

30 Cigrons guisats amb col i pastanaga
Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

3 Llenties estofades amb arròs
(*) Peix blanc arrebossat sense ou amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
logurt

10 Pèsols amb ceba i pernil
Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs
Fruita del temps

17 (*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
logurt

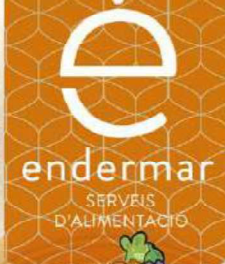
24 (*) Arròs amb verdures (xampinyons, pastanaga i pèsols)
Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba)
logurt

31 **MENÚ ESPECIAL CASTANYADA**
Crema de carbassa amb crostonets de pa
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato
(*) Pa de pessic sense al·lèrgens

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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





endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ



menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!

Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!



Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits!

Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador.

Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó) Pernils de pollastre rostits amb xampinyons i patata Fruita del temps	2 (*) Sopa juliana amb fideus (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga) Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	3 Llenties estofades amb arròs (*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt
6 Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros) Trita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	7 Crema de carbassa amb crostons Hamburguesa mixta a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	8 Arròs amb tomàquet Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots logurt	9 Tallarins amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga) (*) Cap de llong a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	10 Pèsols amb ceba i pernil Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs Fruita del temps
13 Bròquil amb patata Salsitxes del país a la planxa amb tomàquet al forn Fruita del temps	14 Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó) Trita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	15 Crema de carbassó amb crostons Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, olives i tomàquet) Fruita del temps	16 (*) Escudella casolana amb galets (*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons) Fruita del temps	17 (*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros) (*) Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt
20 Crema de pastanaga Ragú de vedella amb patates a daus Fruita del temps	21 Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó) Trita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	22 Macarrons al pomodoro (tomàquet i orenga) Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro) Fruita del temps	23 Mongeta verda amb patata Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	24 Arròs 3 delícies (pernil dolç, truita, pastanaga i pèsols) (*) Ous durs amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba) logurt
27 Espiral a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Trita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	28 Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga) Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell Fruita del temps	29 (*) Paella vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i pèsols) (*) Llong a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	30 Cigrons guisats amb col i pastanaga Pernils de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	31 MENÚ ESPECIAL CASTANYADA Crema de carbassa amb crostonets de pa Mandonguilles mixtes amb salsa de tomàquet i xips de moniato Pastís de xocolata

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I AIGUA

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



LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!

Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!



Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons
Hàbits!

Menja amb calma i parla en deu baixa al menjador.

Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més sa i agradable per tothom.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PEIX NI NOUS

6

Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros)
Trita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

7

(*) Crema de carbassa sense crostons
(*) Hamburguesa mixta sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
Salsitxes del país a la planxa amb tomàquet al forn
Fruita del temps

14

Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó)
Trita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

20

Crema de pastanaga
Ragú de vedella amb patates a daus
Fruita del temps

21

Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

27

Espirals a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge)
Trita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

28

Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga)
Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell
Fruita del temps

1

Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó)
Pernils de pollastre rostits amb xampinyons i patata
Fruita del temps

8

Arròs amb tomàquet
Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots
logurt

15

(*) Crema de carbassó sense crostons
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

22

Macarrons al pomodoro (tomàquet i orenga)
Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

29

(*) Paella vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i pèsols)
(*) Llom a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

2

(*) Sopa juliana amb fideus (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam i olives)
Fruita del temps

9

Tallarins amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga)
(*) Cap de llom a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

16

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

23

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

30

Cigrons guisats amb col i pastanaga
Pernils de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

3

Llenties estofades amb arròs
(*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
logurt

10

Pèsols amb ceba i pernil
Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs
Fruita del temps

17

(*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros)
(*) Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
logurt

24

Arròs 3 delícies (pernil dolç, truita, pastanaga i pèsols)
(*) Ous durs amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba)
logurt

31

MENÚ ESPECIAL CASTANYADA
(*) Crema de carbassa sense crostonets de pa
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato
(*) Pa de pessic sense al·lèrgens

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I AIGUA

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

SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en teu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 (*) Crema de verdures de temporada sense làctics pastanaga i carbassó Pernilets de pollastre rostits amb xampinyons i patata Fruita del temps	2 (*) Sopa juliana amb fideus (brou vegetal casolà, porros, col i pastanaga) Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam i olives) Fruita del temps	3 Llenties estofades amb arròs (*) Peix blanc arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) (*) logurt de soja
6 Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros) Trita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	7 (*) Crema de carbassa sense crostons ni làctics (*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	8 Arròs amb tomàquet Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots (*) logurt de soja	9 Tallarins amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga) Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	10 Pèsols amb ceba i pernil Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs Fruita del temps
13 Bròquil amb patata Salsitxes del país a la planxa amb tomàquet al forn Fruita del temps	14 Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó) Trita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	15 (*) Crema de carbassó sense crostons ni làctics Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, olives i tomàquet) Fruita del temps	16 (*) Escudella vegetal casolana amb galets (*) Carn d'olla (pollastre, botifarra negra, blanca, col, pastanaga i cigrons) Fruita del temps	17 (*) Arròs a la cassola amb brou casolà (xampinyons i porros) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) (*) logurt de soja
20 (*) Crema de pastanaga sense làctics (*) Daus de gall dindi saltats amb patates a daus Fruita del temps	21 Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó) Trita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	22 Macarrons al pomodoro (tomàquet i orenga) (*) Hamburguesa d'au sense al·lèrgens amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro) Fruita del temps	23 Mongeta verda amb patata Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	24 Arròs 3 delícies (pernil dolç, truita, pastanaga i pèsols) Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba) (*) logurt de soja
27 (*) Espirals saltats amb xampinyons Trita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	28 Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga) Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell Fruita del temps	29 (*) Paella vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i pèsols) Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	30 Cigrons guisats amb col i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	31 MENÚ ESPECIAL CASTANYADA (*) Crema de carbassa sense crostons de pa ni làctics (*) Mandonguilles d'au sense al·lèrgens amb salsa de tomàquet i xips de moniato (*) Pa de pessic sense al·lèrgens

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

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



e
endermar
SERVEIS D'ALIMENTACIÓ

menús sostenibles

~Octubre 2025~

LABORATORI MÀGIC DE TARDOR!
Aquest octubre transformem la cuina en un laboratori secret!

- Castanyes > Píndoles d'energia!
- Carbassa > Poció taronja anti-fred!
- Pomes > Vitamines que brillen!
- Raïm > Perles dolces de la natura!

Hola, soc **CAROTET** el xef viatger d'Endermar que us acompanyarà tot el curs amb consells nutricionals!

Bon profit!

Bons Hàbits! Menja amb calma i parla en teu baixa al menjador. Mastegar bé i escollir als altres fa que menjar sigui més satisfactori i agradable per tothom.

www.endermar.com

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PORC

6

Patates estofades amb hortalisses (pastanaga, mongeta verda i porros)
Trita francesa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

7

Crema de carbassa
(*) Hamburguesa d'au a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
(*) Salsitxes d'au a la planxa amb tomàquet al forn
Fruita del temps

14

Mongetes blanques amb sofregit d'hortalisses (pebrots, pastanaga, tomàquet i carbassó)
Trita de patates amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

20

Crema de pastanaga
Ragú de vedella amb patates a daus
Fruita del temps

21

Estofat de cigrons amb verdures (porros i carbassó)
(*) Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

27

Espirals a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge)
Trita de carbassó amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

28

Panatxé (bròquil, patata, coliflor i pastanaga)
Daus de gall dindi saltats amb quinoa, ceba i pebrot vermell
Fruita del temps

1

Crema de verdures de temporada (pastanaga i carbassó)
Pernils de pollastre rostits amb xampinyons i patata
Fruita del temps

8

Arròs amb tomàquet
Cuixa de pollastre a la planxa amb saltat de ceba i pebrots
logut

15

Crema de carbassó amb crostons
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

22

Macarrons al pomodoro (tomàquet i orenga)
Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida (tomàquet, olives i blat de moro)
Fruita del temps

29

Paella vegetal (mongeta verda, carbassa i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

2

Sopa juliana amb fideus (brou vegetal, porros, col i pastanaga)
(*) Botifarra d'au a la planxa amb amanida (enciam i olives)
Fruita del temps

9

Tallarins amb verdures i salsa de soja (col i pastanaga)
Lluç a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Escudella vegetal amb galets
(*) Carn d'olla (pollastre, botifarra d'au, col, pastanaga i cigrons)
Fruita del temps

23

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

30

Cigrons guisats amb col i pastanaga
Pernils de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

3

Llenties estofades amb arròs
Varetes de peix amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
logut

10

(*) Pèsols amb ceba i pastanaga
Daus de gall dindi guisats amb timbal d'arròs
Fruita del temps

17

Arròs a la cassola (xampinyons i porros)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
logut

24

(*) Arròs amb verdures (xampinyons, pastanaga i pèsols)
Peix fresc segons mercat al forn amb samfaina (tomàquet, albergínia, pebrots i ceba)
logut

31

MENÚ ESPECIAL CASTANYADA

Crema de carbassa amb crostons de pa
(*) Mandonguilles d'au amb salsa de tomàquet i xips de moniato
Pastís de xocolata

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I AIGUA

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





Hola, soc **CAROTET**
el xef viatger
d'Endermar
que us acompanyarà
tot el curs
amb consells
nutricionals!

Bon profit!

**Bons
Hàbits!**
Menja amb calma
i parla en teu baixa
al menjador.
Mastegar bé i escollir als altres
fa que menjar sigui més sa
i agradable
per tothom.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PORC NI VEDELLA

6

Patates estofades amb
hortalisses (pastanaga, mongeta verda i
porros)
Trita francesa amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

7

Crema de carbassa
(*) Hamburguesa d'au a la
planxa amb amanida (enciam,
tomàquet i olives)
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
(*) Salsitxes d'au a la planxa
amb tomàquet al forn
Fruita del temps

14

Mongetes blanques amb
sofregit d'hortalisses (pebrots,
pastanaga, tomàquet i carbassó)
Trita de patates amb amanida
(enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

20

Crema de pastanaga
(*) Daus de gall dindi saltats
amb patates a daus
Fruita del temps

21

Estofat de cigrons amb
verdures (porros i carbassó)
(*) Trita francesa amb
amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

27

Espirals a la carbonara
(crema de llet, xampinyons i formatge)
Trita de carbassó amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

28

Panatxé (bròquil, patata, coliflor i
pastanaga)
Daus de gall dindi saltats amb
quinoa, ceba i pebrot vermell
Fruita del temps

1

Crema de verdures de
temporada (pastanaga i carbassó)
Pernilets de pollastre rostits
amb xampinyons i patata
Fruita del temps

8

Arròs amb tomàquet
Cuixa de pollastre a la planxa
amb saltat de ceba i pebrots
logurt

15

Crema de carbassó amb
crostons
Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, olives i tomàquet)
Fruita del temps

22

Macarrons al pomodoro
(tomàquet i orenga)
Hamburguesa de coliflor i
formatge amb amanida (tomàquet,
olives i blat de moro)
Fruita del temps

29

Paella vegetal (mongeta verda,
carbassa i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i
amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

2

Sopa juliana amb fideus
(brou vegetal, porros, col i pastanaga)
(*) Botifarra d'au a la planxa
amb amanida (enciam i olives)
Fruita del temps

9

Tallarins amb verdures
i salsa de soja (col i pastanaga)
Lluç a les fines herbes amb
amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Escudella vegetal amb
galets
(*) Carn d'olla (pollastre, botifarra
d'au, col, pastanaga i cigrons)
Fruita del temps

23

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (enciam,
tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

30

Cigrons guisats amb col i
pastanaga
Pernilets de pollastre al forn
amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

3

Llenties estofades amb arròs
Varetes de peix amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
logurt

10

(*) Pèsols amb ceba i
pastanaga
Daus de gall dindi guisats amb
timbal d'arròs
Fruita del temps

17

Arròs a la cassola
(xampinyons i porros)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
logurt

24

(*) Arròs amb verdures
(xampinyons, pastanaga i pèsols)
Peix fresc segons mercat al
forn amb samfaina (tomàquet,
albergínia, pebrots i ceba)
logurt

31

MENÚ ESPECIAL CASTANYADA

Crema de carbassa amb
crostonets de pa
(*) Mandonguilles d'au amb
salsa de tomàquet i xips de
moniato
Pastís de xocolata

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I
AIGUA

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