

ESCOLA SANTA DOROTEA BASAL

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

8

Arròs amb tomàquet
Croquetes de pollastre amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
***Peix blanc al forn**
Fruita del temps
Vichyssoise de porros amb crostons
Pollastre a la planxa amb ceba i pastanaga
logurt

9

Amanida d'espirlals (olives negres, blat de moro, pastanaga i salsa rosa)
Truita de patates amb verdures saltades (ceba, carbassó i albergínia)
***Llom a la planxa**
Fruita del temps
Cabdells amb tonyina
Llenguado a la planxa amb pisto de verdures
Qüefir

10

Llenties estofades amb verdures (pebrots i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
***Truita francesa**
Fruita del temps
Salmorejo
Daus de gall dindi saltats amb patata i daus
logurt

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (tomàquet, pastanaga i cogombre)
***Varetes de peix**
logurt
Amanida completa
Ous trencats amb pernil i xampinyons
Síndria

15

Macarrons a la bolonyesa de verdures (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carbassó)
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
***Rotllets de primavera**
Fruita del temps
Saltat d'espàrrecs i alls tendres
Sardines al forn amb tomàquet amanit
logurt

16

Cigrons saltats amb espinacs i bacó
Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i cogombre)
***Salsitxes de porc a la planxa**
logurt
Amanida verda
Gall dindi arrebossat amb pastanaga baby
Bol de iogurt amb fruita

17

Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les herbes provençals amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
***Peix blanc al forn**
Fruita del temps
Pèsols saltats amb ceba
Salmó al "papillot" amb albergínia al forn
logurt

18

Amanida d'arròs (blat de moro, olives i pastanaga)
Lluç a la mussolina d'alls amb patata panadera al forn
***Gall dindi a la planxa**
Fruita del temps
Bròquil a la gallega
Llom a la planxa amb verdures saltades
logurt amb nous

19

Crema de carbassa amb crostons
Cap de llom al forn amb amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
***Ous durs**
Fruita del temps
Amanida de tomàquet, formatge fresc i alvocat
Ous farcits (tonyina i maionesa) amb xips de moniato
Quallada

22

Llacets amb salsa de formatge
Crestes de tonyina amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
***Truita de patates**
Fruita del temps
Gaspacho amb cogombre picat
Remenat d'ous amb verdures
logurt

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa agredolça amb pebrots i ceba
***Hamburguesa vegetal a la planxa**
Fruita del temps
Amanida capresse
Orada al forn amb porros i carbassó
Quallada amb mel

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
***Pollastre al forn**
Fruita del temps
Amanida mixta
Crep casolà de pernil i formatge
logurt

26

Amanida de patata (tomàquet, ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam i cogombre)
***Croquetes d'espinacs**
logurt
Quinoa saltada amb pebrots escalivats i daus de vedella
Meló

29

Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols i pernil dolç)
Truita de carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
***Botifarra de porc a la planxa**
Fruita del temps
Amanida de l'hort
Broqueta de pollastre a la planxa amb ceba
confitada
logurt

30

Bròquil amb patata
Mandonguilles mixtes guisades amb verdures (pebrots i pastanaga)
***Peix blanc al forn**
Fruita del temps
Mongeta verda saltada amb bacó
Bunyols de bacallà amb amanida
logurt

TORNADA A L'ESCOLA

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.

menús
sostenibles

SETEMBRE
2025

La TORNADA
més Divertida!

Hola, pilots actiuem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raim còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluents →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies
que...?

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE GLUTEN

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

(*) Amanida de pasta sense gluten (olives negres, blat de moro, pastanaga i salsa rosa)
Truita de patates amb verdures saltades (ceba, carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

(*) Llenties sense gluten estofades amb verdures (pebrots i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (tomàquet, pastanaga i cogombre)
logurt

15

(*) Pasta sense gluten a la bolonyesa de verdures (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa de vedella sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Cigrons saltats amb espinacs i bacó
Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernils de pollastre a les herbes provençals amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs (blat de moro, olives i pastanaga)
(*) Lluç a la mussolina d'all (sense gluten) amb patata panadera al forn
Fruita del temps

19

(*) Crema de carbassa sense crostons
Cap de llom al forn amb amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

(*) Pasta sense gluten amb formatge
(*) Peix blanc arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa agredolça amb pebrots i ceba
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
Fruita del temps

26

Amanida de patata (tomàquet, ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam i cogombre)
logurt

29

Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols i pernil dolç)
Truita de carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens guisades amb verdures (pebrots i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

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

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

SETEMBRE 2025

La TORNADA més Divertida!

Hola, pilots actívem els motors per una nova missió!

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars → Combustible intel·ligent per al cervell!

Raim còsmic → Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluents → Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial → Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers dels sabors, pilots? Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies que...?

Els productes que recorren menys de 100 quilòmetres fins al teu plat conserven més nutrients i protegeixen el nostre medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE LACTOSA

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espirlals (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa
amb amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (tomàquet,
pastanaga i cogombre)
(*) logurt sense lactosa

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa de
vedella sense al·lèrgens a la
planxa amb amanida (enciam,
olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Cigrons saltats amb espinacs i
bacó
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
(*) logurt sense lactosa

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les
herbes provençals amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
Lluç a la mussolina d'allis amb
patata panadera al forn
Fruita del temps

19

(*) Crema de carbassa sense
crostons ni làctics
Cap de llom al forn amb
amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

(*) Llacets amb oli i alfàbrega
(*) Peix blanc arrebossat
amb amanida (enciam, blat de
moro i olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa
agredolça amb pebrots i cebes
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç
i amanida (enciam, blat de moro i
pastanaga)
Fruita del temps

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al
forn amb amanida (enciam i
cogombre)
(*) logurt sense lactosa

29

Arròs 3 delícies (pastanaga,
pèsols i pernil dolç)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles mixtes
sense al·lèrgens guisades
amb verdures (pebrots i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

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

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

**SETEMBRE
2025**

**La TORNADA
més Divertida!**

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raim còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluent →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

**Sabies
que...?**

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE FRUCTOSA

8

- (*) Arròs amb oli i orenga
- (*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

9

- (*) Amanida d'espíral (olives negres i tonyina)
- (*) Truita francesa amb verdures saltades (carbassó i albergínia)
- (*) logurt natural

10

- (*) 1/2R Llentíes bullides amb carbassa
- (*) Botifarra de pagès sense fructosa a la planxa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

11

FESTIU

12

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

15

- (*) Macarrons saltats amb carbassó
- (*) Hamburguesa de vedella sense fructosa a la planxa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

16

- (*) 1/2R Cigróns saltats amb espinacs
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i cogombre)
- (*) logurt natural

17

- (*) Patata bullida amb oli d'oliva
- (*) Pernilets de pollastre a les herbes provençals amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

18

- (*) Amanida d'arròs (ou dur i olives)
- (*) Lluç amb patata panadera al forn
- (*) logurt natural

19

- (*) Crema de carbassa sense crostons
- (*) Cap de llom al forn amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

22

- (*) Llacets amb formatge
- (*) Peix blanc arrebossat amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

23

- Coliflor amb patata
- (*) Magra de porc al forn amb xampinyons saltats
- (*) logurt natural

24

FESTIU

25

- (*) Arròs amb oli i alfàbrega
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

26

- (*) Amanida de patata (ou dur i olives negres)
- Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam i cogombre)
- (*) logurt natural

29

- (*) Arròs blanc amb oli d'oliva
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

30

- Bròquil amb patata
- (*) Mandonguilles mixtes sense fructosa saltades amb cuscús
- (*) logurt natural

TORNADA A L'ESCOLA

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

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

menús sostenibles

SETEMBRE 2025

La TORNADA més Divertida!

Hola, pilots actiuem els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per convertir-nos en herois de la salut!

- Pomes estel·lars → Combustible intel·ligent per al cervell!
- Raïm còsmic → Energia per saltar entre estrelles!
- Carabasses llvents → Vitamina A per veure galàxies llunyanes!
- Peix espacial → Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers dels sabors, pilots? Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies que...? Els productes que recorren menys de 100 quilòmetres fins al teu plat conserven més nutrients i protegeixen el nostre medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA

OVOLACTOVEGETARIÀ

8

Arròs amb tomàquet
(*) Croquetes d'espinacs amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espírels (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
(*) Hamburguesa vegetal a la
planxa amb amanida (enciam,
tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
(*) Tofu al forn amb amanida
(tomàquet, pastanaga i cogombre)
logurt

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa vegetal a
la planxa amb amanida
(enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Cigrons saltats amb
espinacs
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
(*) Tofu a les herbes
provençals amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
(*) Daus de seità amb patata
panadera al forn
Fruita del temps

19

Crema de carbassa amb
crostons
(*) Remenat d'ou amb amanida
(tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

Llacets amb salsa de
formatge
(*) Nuggets vegans amb
amanida (enciam, blat de moro i
olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
(*) Hamburguesa vegetal a la
planxa amb saltat de pebrots i
ceba
Fruita del temps

24

FESTIU

25

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

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
(*) Tofu al forn amb
amanida (enciam i cogombre)
logurt

29

(*) Arròs amb verdures
(pastanaga, pèsols i xampinyons)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Hamburguesa vegetal
amb verdures al forn (pebrots i
pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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

**menús
sostenibles**

**SETEMBRE
2025**

**La TORNADA
més Divertida!**

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raïm còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluntes →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

**Sabies
que...?**

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE CARN

8

Arròs amb tomàquet
(*) Croquetes d'espínacs amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espínacs (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
(*) Hamburguesa vegetal a la
planxa amb amanida (enciam,
tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
(*) Peix blanc al forn amb
amanida (tomàquet, pastanaga i
cogombre)
logurt

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa vegetal a
la planxa amb amanida
(enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Cigróns saltats amb
espínacs
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
(*) Peix blanc a les herbes
provençals amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
Lluç a la mussolina d'allis amb
patata panadera al forn
Fruita del temps

19

Crema de carbassa amb
crostons
(*) Remenat d'ou amb amanida
(tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

Llacets amb salsa de
formatge
Crestes de tonyina amb
amanida (enciam, blat de moro i
olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
(*) Hamburguesa vegetal a la
planxa amb saltat de pebrots i
ceba
Fruita del temps

24

FESTIU

25

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

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
**Peix fresc segons mercat al
forn amb amanida** (enciam i
cogombre)
logurt

29

(*) Arròs amb verdures
(pastanaga, pèsols i xampinyons)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Hamburguesa vegetal
amb verdures al forn (pebrots i
pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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

**menús
sostenibles**

**SETEMBRE
2025**

**La TORNADA
més Divertida!**

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió!

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raïm còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluntes →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

**Sabies
que...?**

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE FRUITS SECS NI OU

8 Arròs amb tomàquet (*) Pollastre arrebossat sense ou amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	9 (*) Amanida de pasta sense ou (olives negres, blat de moro i pastanaga) (*) Peix blanc al forn amb verdures saltades (ceba, carbassó i albergínia) Fruita del temps	10 Llenties estofades amb verdures (pebrots i pastanaga) Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	11 FESTIU	12 Mongeta verda amb patata Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (tomàquet, pastanaga i cogombre) logurt
15 (*) Pasta sense ou a la bolonyesa de verdures (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carbassó) (*) Hamburguesa de vedella sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, olives i blat de moro) Fruita del temps	16 Cigrons saltats amb espinacs i bacó (*) Daus de gall dindi saltats amb amanida (enciam, tomàquet i cogombre) logurt	17 Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata) Pernilets de pollastre a les herbes provençals amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	18 Amanida d'arròs (blat de moro, olives i pastanaga) (*) Lluç amb patata panadera al forn Fruita del temps	19 (*) Crema de carbassa sense crostons Cap de llom al forn amb amanida (tomàquet, blat de moro i olives) Fruita del temps
22 (*) Pasta sense ou amb salsa de formatge (*) Peix blanc arrebossat sense ou amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps	23 Coliflor amb patata Magra de porc en salsa agredolça amb pebrots i ceba Fruita del temps	24 FESTIU	25 Arròs amb tomàquet (*) Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga) Fruita del temps	26 (*) Amanida de patata (tomàquet i olives negres) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam i cogombre) logurt
29 Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols i pernil dolç) (*) Peix blanc al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	30 Bròquil amb patata (*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens guisades amb verdures (pebrots i pastanaga) Fruita del temps	TORNADA A L'ESCOLA		

SETEMBRE 2025

La TORNADA més Divertida!

Hola, pilots actiuem els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars → Combustible intel·ligent per al cervell!

Raïm còsmic → Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluents → Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial → Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers dels sabors, pilots? Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies que...? Els productes que recorren menys de 100 quilòmetres fins al teu plat conserven més nutrients i protegeixen el nostre medi ambient.

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA INTEGRAL I AIGUA

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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE FRUITS SECS

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espíral (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa
amb amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (tomàquet,
pastanaga i cogombre)
logurt

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa de
vedella sense al·lèrgens a la
planxa amb amanida (enciam,
olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Cigrons saltats amb espinacs i
bacó
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les
herbes provençals amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
Lluç a la mussolina d'allis amb
patata panadera al forn
Fruita del temps

19

(*) Crema de carbassa sense
crostons
Cap de llom al forn amb
amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

Llacets amb salsa de
formatge
(*) Peix blanc arrebossat
amb amanida (enciam, blat de
moro i olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa
agredolça amb pebrots i cebes
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç
i amanida (enciam, blat de moro i
pastanaga)
Fruita del temps

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al
forn amb amanida (enciam i
cogombre)
logurt

29

Arròs 3 delícies (pastanaga,
pèsols i pernil dolç)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles mixtes
sense al·lèrgens guisades
amb verdures (pebrots i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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

SETEMBRE
2025

La TORNADA
més Divertida!

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raim còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluents →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies
que...? Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE LLEGUMS NI FRUITS SECS

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

(*) Amanida de pasta sense llegums (olives negres, blat de moro, pastanaga i salsa rosa)
Truita de patates amb verdures saltades (ceba, carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

(*) Crema de pastanaga
(*) Botifarra de pagès sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (tomàquet, pastanaga i cogombre)
logurt

15

(*) Pasta sense llegums a la bolonyesa de verdures (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa de vedella sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Espinacs saltats amb bacó
Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernils de pollastre a les herbes provençals amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs (blat de moro, olives i pastanaga)
(*) Lluc a la mussolina d'all (sense llegums) amb patata panadera al forn
Fruita del temps

19

(*) Crema de carbassa sense crostons
Cap de llom al forn amb amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

(*) Pasta sense llegums amb formatge
(*) Peix blanc arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa agredolça amb pebrots i ceba
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
Fruita del temps

26

Amanida de patata (tomàquet, ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam i cogombre)
logurt

29

(*) Arròs saltat amb pastanaga i pernil dolç
Truita de carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens guisades amb verdures (pebrots i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

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

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

menús sostenibles

SETEMBRE 2025

La TORNADA més Divertida!

Hola, pilots actiuem els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars → Combustible intel·ligent per al cervell!

Raim còsmic → Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluentes → Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial → Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers dels sabors, pilots? Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies que...? Els productes que recorren menys de 100 quilòmetres fins al teu plat conserven més nutrients i protegeixen el nostre medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE LLEGUMS

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

(*) Amanida de pasta sense llegums (olives negres, blat de moro, pastanaga i salsa rosa)
Truita de patates amb verdures saltades (ceba, carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

(*) Crema de pastanaga
(*) Botifarra de pagès sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (tomàquet, pastanaga i cogombre)
logurt

15

(*) Pasta sense llegums a la bolonyesa de verdures (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa de vedella sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Espinacs saltats amb bacó
Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernils de pollastre a les herbes provençals amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs (blat de moro, olives i pastanaga)
(*) Lluc a la mussolina d'all (sense llegums) amb patata panadera al forn
Fruita del temps

19

(*) Crema de carbassa sense crostons
Cap de llom al forn amb amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

(*) Pasta sense llegums amb formatge
(*) Peix blanc arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa agredolça amb pebrots i ceba
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
Fruita del temps

26

Amanida de patata (tomàquet, ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam i cogombre)
logurt

29

(*) Arròs saltat amb pastanaga i pernil dolç
Truita de carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens guisades amb verdures (pebrots i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

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

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

SETEMBRE 2025

La TORNADA més Divertida!

Hola, pilots actívem els motors per una nova missió!

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars → Combustible intel·ligent per al cervell!

Raïm còsmic → Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluyents → Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial → Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers dels sabors, pilots? Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies que...?

Els productes que recorren menys de 100 quilòmetres fins al teu plat conserven més nutrients i protegeixen el nostre medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE OU

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat sense ou amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

(*) Amanida de pasta sense ou (olives negres, blat de moro i pastanaga)
(*) Peix blanc al forn amb verdures saltades (ceba, carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb verdures (pebrots i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (tomàquet, pastanaga i cogombre)
logurt

15

(*) Pasta sense ou a la bolonyesa de verdures (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa de vedella sense al·lèrgens a la planxa amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Cigrons saltats amb espinacs i bacó
(*) Daus de gall dindi saltats amb amanida (enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les herbes provençals amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs (blat de moro, olives i pastanaga)
(*) Lluç amb patata panadera al forn
Fruita del temps

19

Crema de carbassa amb crostons
Cap de llom al forn amb amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

(*) Pasta sense ou amb salsa de formatge
(*) Peix blanc arrebossat sense ou amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa agredolça amb pebrots i ceba
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
(*) Contra cuixa de pollastre a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)
Fruita del temps

26

(*) Amanida de patata (tomàquet i olives negres)
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam i cogombre)
logurt

29

Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols i pernil dolç)
(*) Peix blanc al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles mixtes sense al·lèrgens guisades amb verdures (pebrots i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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

SETEMBRE 2025

La TORNADA més Divertida!

Hola, pilots actívem els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars → Combustible intel·ligent per al cervell!

Raim còsmic → Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluentes → Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial → Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers dels sabors, pilots? Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies que...?

Els productes que recorren menys de 100 quilòmetres fins al teu plat conserven més nutrients i protegeixen el nostre medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PEIX NI NOUS

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espirlals (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa
amb amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (tomàquet,
pastanaga i cogombre)
logurt

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa de
vedella sense al·lèrgens a la
planxa amb amanida (enciam,
olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Cigrons saltats amb espinacs i
bacó
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les
herbes provençals amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
(*) Remenat d'ou amb patata
panadera al forn
Fruita del temps

19

(*) Crema de carbassa sense
crostons
Cap de llom al forn amb
amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

Llacets amb salsa de
formatge
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, blat de moro i
olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa
agredolça amb pebrots i ceba
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç
i amanida (enciam, blat de moro i
pastanaga)
Fruita del temps

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
(*) Daus de gall dindi saltats
amb amanida (enciam i cogombre)
logurt

29

Arròs 3 delícies (pastanaga,
pèsols i pernil dolç)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles mixtes
sense al·lèrgens guisades
amb verdures (pebrots i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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

menús
sostenibles
SETEMBRE
2025

La TORNADA
més Divertida!

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raim còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluints →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

Sabies
que...?

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PEIX

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espirlals (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa
amb amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (tomàquet,
pastanaga i cogombre)
logurt

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
Hamburguesa de vedella a
la planxa amb amanida
(enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

Cigrons saltats amb espinacs i
bacó
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les
herbes provençals amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
(*) Remenat d'ou amb patata
panadera al forn
Fruita del temps

19

Crema de carbassa amb
crostons
Cap de llom al forn amb
amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

Llacets amb salsa de
formatge
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, blat de moro i
olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa
agredolça amb pebrots i cebes
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç
i amanida (enciam, blat de moro i
pastanaga)
Fruita del temps

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
(*) Daus de gall dindi saltats
amb amanida (enciam i cogombre)
logurt

29

Arròs 3 delícies (pastanaga,
pèsols i pernil dolç)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
Mandonguilles mixtes
guisades amb verdures (pebrots
i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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

**menús
sostenibles**

**SETEMBRE
2025**

**La TORNADA
més Divertida!**

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raïm còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluntes →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

**Sabies
que...?**

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PLV

8

Arròs amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espirlals (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
Botifarra de pagès a la planxa
amb amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (tomàquet,
pastanaga i cogombre)
(*) logurt de soja

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa d'au
sense al·lèrgens a la planxa
amb amanida (enciam, olives i blat
de moro)
Fruita del temps

16

Cigrons saltats amb espinacs i
bacó
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
(*) logurt de soja

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les
herbes provençals amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
Lluç a la mussolina d'all amb
patata panadera al forn
Fruita del temps

19

(*) Crema de carbassa sense
crostons ni làctics
Cap de llom al forn amb
amanida (tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

(*) Llacets amb oli i alfàbrega
(*) Peix blanc arrebossat
amb amanida (enciam, blat de
moro i olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
Magra de porc en salsa
agredolça amb pebrots i cebes
Fruita del temps

24

FESTIU

25

Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb pernil dolç
i amanida (enciam, blat de moro i
pastanaga)
Fruita del temps

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al
forn amb amanida (enciam i
cogombre)
(*) logurt de soja

29

Arròs 3 delícies (pastanaga,
pèsols i pernil dolç)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles d'au sense
al·lèrgens guisades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

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

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

**menús
sostenibles**

**SETEMBRE
2025**

**La TORNADA
més Divertida!**

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raim còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses llents →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

**Sabies
que...?**

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE PORC NI VEDELLA

8

Arròs amb tomàquet
Croquetes de pollastre amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espirlals (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
(*) Botifarra d'au a la planxa
amb amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (tomàquet,
pastanaga i cogombre)
logurt

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
(*) Hamburguesa d'au a la
planxa amb amanida (enciam,
olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Cigrans saltats amb
espinacs
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les
herbes provençals amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
Lluç a la mussolina d'allis amb
patata panadera al forn
Fruita del temps

19

Crema de carbassa amb
crostons
(*) Remenat d'ou amb amanida
(tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

Llacets amb salsa de
formatge
Crestes de tonyina amb
amanida (enciam, blat de moro i
olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
(*) Daus de gall dindi en salsa
agredolça amb pebrots i ceba
Fruita del temps

24

FESTIU

25

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

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al
forn amb amanida (enciam i
cogombre)
logurt

29

(*) Arròs amb verdures
(pastanaga, pèsols i xampinyons)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles d'au
guisades amb verdures (pebrots
i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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

**menús
sostenibles**

**SETEMBRE
2025**

**La TORNADA
més Divertida!**

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raïm còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses lluents →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

**Sabies
que...?**

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PORC

8

Arròs amb tomàquet
Croquetes de pollastre amb
amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

9

Amanida d'espirlals (olives
negres, blat de moro, pastanaga i salsa
rosa)
Truita de patates amb
verdures saltades (ceba,
carbassó i albergínia)
Fruita del temps

10

Llenties estofades amb
verdures (pebrots i pastanaga)
(*) Botifarra d'au a la planxa
amb amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

11

FESTIU

12

Mongeta verda amb patata
Contra cuixa de pollastre al
forn amb amanida (tomàquet,
pastanaga i cogombre)
logurt

15

Macarrons a la bolonyesa
de verdures (salsa de tomàquet,
ceba, pastanaga i carbassó)
Hamburguesa de vedella a
la planxa amb amanida
(enciam, olives i blat de moro)
Fruita del temps

16

(*) Cigrons saltats amb
espinacs
Truita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i cogombre)
logurt

17

Tricolor de verdures
(mongeta verda, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre a les
herbes provençals amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

18

Amanida d'arròs
(blat de moro, olives i pastanaga)
Lluç a la mussolina d'allis amb
patata panadera al forn
Fruita del temps

19

Crema de carbassa amb
crostons
(*) Remenat d'ou amb amanida
(tomàquet, blat de moro i olives)
Fruita del temps

22

Llacets amb salsa de
formatge
Crestes de tonyina amb
amanida (enciam, blat de moro i
olives)
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata
(*) Daus de gall dindi en salsa
agredolça amb pebrots i cebes
Fruita del temps

24

FESTIU

25

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

26

Amanida de patata (tomàquet,
ou dur i olives negres)
Peix fresc segons mercat al
forn amb amanida (enciam i
cogombre)
logurt

29

(*) Arròs amb verdures
(pastanaga, pèsols i xampinyons)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps

30

Bròquil amb patata
(*) Mandonguilles d'au
guisades amb verdures (pebrots
i pastanaga)
Fruita del temps

TORNADA A L'ESCOLA

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
INTEGRAL I AIGUA

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

**menús
sostenibles**

**SETEMBRE
2025**

**La TORNADA
més Divertida!**

Hola, pilots actívem
els motors per una nova missió:

CURS ESCOLAR 2025!

Sabies que menjar de temporada és
com carregar la nau espacial del cos?

Nous horaris i superaliments per
convertir-nos en herois de la salut!

Pomes estel·lars →
Combustible intel·ligent per al cervell!

Raïm còsmic →
Energia per saltar entre estrelles!

Carabasses llents →
Vitamina A per veure galàxies llunyanes!

Peix espacial →
Omega-3 per tenir memòria de dofí!

Preparats per descobrir l'univers
dels sabors, pilots?
Ens enlairem cap a un curs estel·lar!

Bon profit, campions espacials!

**Sabies
que...?**

Els productes
que recorren
menys de
100 quilòmetres fins al teu plat
conserven més nutrients
i protegeixen el nostre
medi ambient.