

MENÚS DE NOVENBRE 2018

Menú general Infantil

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>5</p> <p>Macarrons a la bolonyesa. Lluç al forn amb amanida. Fruita del temps. BERENAR: Iogurt amb galetes. SOPAR: Verdura. Ous. Làctic.</p> <p>Macarrones a la boloñesa. Merluza al horno con ensalada. Fruta del tiempo. MERIENDA: Yogur con galletas. CENA: Verdura. Huevos. Lácteo.</p> <p>Macaroni Bolognese. Baked hake with salad. Seasonal fruit. SNACK: Yogurt with cookies. DINNER: Vegetables. Eggs. Dairy.</p>	<p>6</p> <p>Mongeta verda i patata. Mandonguilles en salsa. Fruita del temps. BERENAR: Pa amb pernil dolç i suc. SOPAR: Pèsols saltejats amb pernil. Conill. Fruita.</p> <p>Judías verdes y patata. Albóndigas en salsa. Fruta del tiempo. MERIENDA: Pan con jamón dulce y zumo. CENA: Guisantes salteados con jamón. Conejo. Fruta.</p> <p>Green beans and potatoes. Meatballs in sauce Seasonal fruit. SNACK: Bread with ham and juice. DINNER: Salted Peas with ham. Rabbit. Fruit.</p>	<p>7</p> <p>Arròs amb tomàquet. Llom al forn amb xampinyons. Fruita del temps. BERENAR: Pa amb xocolatina i llet. SOPAR: Espinacs a la crema. Peix blau. Fruita.</p> <p>Arroz con tomate. Lomo al horno con champiñones. Fruta del tiempo. MERIENDA: Pan con chocolate y leche. CENA: Espinacas a la crema. Pescado azul. Fruta.</p> <p>Rice with tomato sauce. Baked loin with mushrooms. Seasonal fruit. SNACK: Bread with chocolate and milk. DINNER: Creamed Spinach. Oily fish. Fruit.</p>	<p>8</p> <p>Llenties estofades. Truita de pernil amb tomàquet amanit. Fruita del temps. BERENAR: Iogurt amb galetes. SOPAR: Amanida de pasta. Vedella. Làctic.</p> <p>Lentejas estofadas. Tortilla de jamón con tomate aliñado. Fruta del tiempo. MERIENDA: Yogur con galletas. CENA: Ensalada de pasta. Ternera. Lácteo.</p> <p>Lentil Stew. Ham omelette with tomato salad. Seasonal fruit. SNACK: Yogurt with cookies. DINNER: Pasta salad. Beef. Dairy.</p>	<p>9</p> <p>Crema de porros. Pollastre al forn amb xips. Iogurt. BERENAR: Pa amb formatge i suc. SOPAR: Arròs. Ous. Fruita.</p> <p>Crema de puerros. Pollo al horno con chips. Yogur. MERIENDA: Pan con queso y zumo. CENA: Arroz. Huevos. Fruta.</p> <p>Cream of leek. Baked chicken with chips. Yogurt. SNACK: Bread with cheese and juice. DINNER: Rice. Eggs. Fruit.</p>
<p>12</p> <p>Arròs amb tomàquet. Filet de limanda al forn amb verdures. Fruita del temps. BERENAR: Iogurt amb galetes. SOPAR: Verdura. Ous. Làctic.</p> <p>Arroz con tomate. Filete de limanda al horno con verduras. Fruta del tiempo. MERIENDA: Yogur con galletas. CENA: Verdura. Huevos. Lácteo.</p> <p>Rice with tomato sauce. Baked sole fillet with vegetables. Seasonal fruit. SNACK: Yogurt with cookies. DINNER: Vegetables. Eggs. Dairy.</p>	<p>13</p> <p>Cigrons guisats. Pit de pollastre amb amanida. Préssec en almíbar. BERENAR: Pa amb pernil dolç i suc. SOPAR: Pasta. Peix. Làctic.</p> <p>Garbanzos guisados. Pechuga de pollo con ensalada. Melocotón en almíbar. MERIENDA: Pan con jamón dulce y zumo. CENA: Pasta. Pescado. Lácteo.</p> <p>Chickpea Stew. Chicken breast with salad. Peaches in syrup. SNACK: Bread with ham and juice. DINNER: Pasta. Fish. Dairy.</p>	<p>14</p> <p>Sopa de galets. Truita de patates. Fruita del temps. BERENAR: Pa amb xocolatina i llet. SOPAR: Arròs. Pollastre. Làctic.</p> <p>Sopa de galets. Tortilla de patatas. Fruta del tiempo. MERIENDA: Pan con chocolate y leche. CENA: Arroz. Pollo. Lácteo.</p> <p>Pasta soup. Spanish omelette. Seasonal fruit. SNACK: Bread with chocolate and milk. DINNER: Rice. Chicken. Dairy.</p>	<p>15</p> <p>Mongeta verda i patata. Rus de vedella amb carbassó. Iogurt. BERENAR: Iogurt amb galetes. SOPAR: Amanida d'arròs. Peix. Fruita.</p> <p>Judías verdes con patata. Filete ruso de ternera con calabacín. Yogur. MERIENDA: Yogur con galletas. CENA: Ensalada de arroz. Pescado. Fruta.</p> <p>Green beans and potatoes. Russian beef steak with zucchini. Yogurt. SNACK: Yogurt with cookies. DINNER: Rice salad. Fish. Fruit.</p>	<p>16</p> <p>Espaguetis a la carbonara. Empanada casolana de tonyina. Fruita del temps. BERENAR: Pa amb formatge i suc. SOPAR: Verdura. Truita. Làctic.</p> <p>Espaguetis a la carbonara. Empanada casera de atún. Fruta del tiempo. MERIENDA: Pan con queso y zumo. CENA: Verdura. Tortilla. Lácteo.</p> <p>Spaghetti carbonara. Homemade tuna pie. Seasonal fruit. SNACK: Bread with cheese and juice. DINNER: Vegetables. French omelette. Dairy.</p>
<p>19</p> <p>Llenties estofades. Croquetes caseres de pollastre. Fruita del temps. BERENAR: Iogurt amb galetes. SOPAR: Puré de pastanaga. Peix. Làctic.</p> <p>Lentejas estofadas. Croquetas caseras de pollo. Fruta del tiempo. MERIENDA: Yogur con galletas. CENA: Puré de zanahoria. Pescado. Lácteo.</p> <p>Lentil Stew. Homemade chicken croquettes. Seasonal fruit. SNACK: Yogurt with cookies. DINNER: Carrot cream. Fish. Dairy.</p>	<p>20</p> <p>Mongeta verda i patata al vapor. Botifarra amb seques. Fruita del temps. BERENAR: Pa amb pernil dolç i suc. SOPAR: Arròs integral amb verdures. Truita de pernil. Fruita.</p> <p>Judías verdes y patata al vapor. Botifarra con judías. Fruta del tiempo. MERIENDA: Pan con jamón dulce y zumo. CENA: Arroz integral con verduras. Tortilla de jamón. Fruta.</p> <p>Green beans and steamed potatoes. Botifarra with white beans. Seasonal fruit. SNACK: Bread with ham and juice. DINNER: Brown rice with vegetables. Ham omelette. Fruit.</p>	<p>21</p> <p>Espirals amb tomata. Lluç al forn amb amanida. Fruita del temps. BERENAR: Pa amb xocolatina i llet. SOPAR: Graellada de verdures. Xai. Làctic.</p> <p>Espirales con tomate. Merluza al horno con ensalada. Fruta del tiempo. MERIENDA: Pan con chocolate y leche. CENA: Parrillada de verduras. Cordero. Lácteo.</p> <p>Rotini pasta with tomato sauce. Baked hake with salad. Seasonal fruit. SNACK: Bread with chocolate and milk. DINNER: Grilled vegetables. Lamb. Dairy.</p>	<p>22</p> <p>Arròs amb tomàquet. Pollastre a la planxa amb amanida. Fruita del temps. BERENAR: Iogurt amb galetes. SOPAR: Verdura. Truita. Fruita.</p> <p>Arroz con tomate. Pollo a la plancha con ensalada. Fruta del tiempo. MERIENDA: Yogur con galletas. CENA: Verdura. Tortilla. Fruta.</p> <p>Rice with tomato sauce. Grilled chicken with salad. Seasonal fruit. SNACK: Yogurt with cookies. DINNER: Vegetables. French omelette. Fruit.</p>	<p>23</p> <p>Patates a lo pobre. Truita francesa amb enciam. Iogurt. BERENAR: Pa amb formatge i suc. SOPAR: Pasta. Sèpia a la planxa. Fruita.</p> <p>Patatas a lo pobre. Tortilla francesa con lechuga. Yogur. MERIENDA: Pan con queso y zumo. CENA: Pasta. Sepia a la plancha. Fruta.</p> <p>French Fries. French omelette with lettuce. Yogurt. SNACK: Bread with cheese and juice. DINNER: Pasta. Grilled cuttlefish. Fruit.</p>
<p>26</p> <p>Macarrons amb formatge. Llenguado al forn amb amanida. Préssec en almíbar. BERENAR: Iogurt amb galetes. SOPAR: Verdura. Pollastre. Fruita.</p> <p>Macarrones con queso. Lenguado al horno con ensalada. Melocotón en almíbar. MERIENDA: Yogur con galletas. CENA: Verdura. Pollo. Fruta.</p> <p>Macaroni and cheese. Baked sole with salad. Peaches in syrup. SNACK: Yogurt with cookies. DINNER: Vegetables. Chicken. Fruit.</p>	<p>27</p> <p>Crema de verdures. Rus de vedella amb albergínia. Iogurt. BERENAR: Pa amb pernil dolç i suc. SOPAR: Arròs amb tomàquet. Ous. Fruita.</p> <p>Crema de verduras. Filete ruso de ternera con berenjena. Yogur. MERIENDA: Pan con jamón dulce y zumo. CENA: Arroz con tomate. Huevos. Fruta.</p> <p>Vegetable soup. Russian beef steak with aubergine. Yogurt. SNACK: Bread with ham and juice. DINNER: Rice with tomato sauce. Eggs. Fruit.</p>	<p>28</p> <p>Escudella. Carn d'olla. Fruita del temps. BERENAR: Pa amb xocolatina i llet. SOPAR: Crema de porros i carbassó. Conill. Fruita.</p> <p>Escudella. Carne de cocido. Fruta del tiempo. MERIENDA: Pan con chocolate y leche. CENA: Crema de puerros y calabacín. Conejo. Fruta.</p> <p>Escudella. Chickpea, meat, sausage, potato and carrot stew. Seasonal fruit. SNACK: Bread with chocolate and milk. DINNER: Cream of leek and zucchini. Rabbit. Fruit.</p>	<p>29</p> <p>Arròs a la cassola. Capricis de calamar amb amanida. Fruita del temps. BERENAR: Iogurt amb galetes. SOPAR: Verdura. Pit de gall d'indi. Làctic.</p> <p>Arroz a la cazuela. Caprichos de calamar con ensalada. Fruta del tiempo. MERIENDA: Yogur con galletas. CENA: Verdura. Pechuga de pavo. Lácteo.</p> <p>Rice casserole. Fried squid with salad. Seasonal fruit. SNACK: Yogurt with cookies. DINNER: Vegetables. Turkey breast. Dairy.</p>	<p>30</p> <p>Mongetes blanques amb verdures. Truita de patates amb amanida. Fruita del temps. BERENAR: Pa amb formatge i suc. SOPAR: Amanida catalana. Lluç arrebossat. Flam.</p> <p>Alubias blancas con verduras. Tortilla de patatas con ensalada. Fruta del tiempo. MERIENDA: Pan con queso y zumo. CENA: Ensalada catalana. Merluza rebosada. Flan.</p> <p>White beans with vegetables. Spanish omelette with salad. Seasonal fruit. SNACK: Bread with cheese and juice. DINNER: Catalan salad. Battered hake. Flan.</p>

Hi ha menú adaptat per a celíacs i sense lactosa.

El pa, l'aigua i l'amanida estan sempre presents en la dieta.

La dieta astringent s'adaptarà al menú basal del dia.

Els alumnes de P1 tenen un suplement de papilla de fruites natural i alguns àpats estan adaptats a la seva edat.

Hay menú adaptado para celíacos y sin lactosa.

El pan, el agua y la ensalada están siempre presentes en la dieta.

La dieta astringente se adaptará al menú basal del día.

Los alumnos de P1 tienen un suplemento de papilla de frutas natural y algunas comidas están adaptados a su edad.

There is a menu adapted for celiacs and lactose free.

Bread, water and salad are always present in the diet.

The astringent diet will be adapted to the basal menu of the day.

P1 students have a natural fruit pulp supplement and some meals are adapted to their age.



Revisat per:

Lucia Brotons Borrell
Lucia Brotons Borrell
 Dietista Nutricionista
 Nº Colegiado: 000697