

MENÚ LA PORCIÚNCULA - OCTUBRE 2025

			DIMECRES, 1	DIJOUS, 2	DIVENDRES, 3
DINAR			BRÒQUIL GRATINAT LLONGANISSA AL FORN AMB PATATES AMANIDA MIXTA GELAT	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURETES HAMBURGUESES DE VEDELLA AMANIDA VARIADA FRUITA	ESPAGUETIS BOLONYESA BACALLÀ AMB Salsa VERDA AMANIDA MIXTA FRUITA I IOGURT
SOPAR			<i>PÈSOLS AMB DAUETS DE PERNIL I OU ESCALFAT</i>	<i>CREMA DE CARABASSA SALMO AL FORN</i>	<i>POLLASTRE AL CURRY AMB VERDURETES I ARRÒS</i>
	DILLUNS, 6	DIMARTS, 7	DIMECRES, 8	DIJOUS, 9	DIVENDRES, 10
DINAR	SOPA DE FIDEUS BISTEC A LA PLANXA AMB Ceba I MONGETES TENDRES SALTEJADES AMANIDA VARIADA Fruita i iogurt	MACARRONS CARBONARA POLLASTRE AL FORN AMB MENESTRA DE VERDURES AMANIDA MEDITERRÀNIA (iceberg, tomàtiga, germinats, tonyina) FRUITA	CUINAT DE CIGRONS TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, olives, blat de les índies) FRUITA	ARRÒS BRUT MERLÀ AL FORN AMB VERDURES AMANIDA VARIADA FRUITA I IOGURT	ARRÒS TRES DELÍCIES RABES DE CALAMAR I CROQUETES AMANIDA MIXTA FRUITA
SOPAR	<i>TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE TOMÀTIGA TREMPADA</i>	<i>FIDEUS D'ARRÒS ESTIL XINÈS AMB GAMBETES, CEBA I PEBRES VERMELL I VERD</i>	<i>ALBERGÍNIES FARCIDES</i>	<i>'FAJITAS' DE POLLASTRE A L'ESTIL MEXICÀ AMB VERDURES</i>	<i>HAMBURGUESES CASOLANES DE POLLASTRE I ESPINACS PASTA CURTA (ESPIRALS)</i>
	DILLUNS, 13	DIMARTS, 14	DIMECRES, 15	DIJOUS, 16	DIVENDRES, 17
DINAR	CREMA DE PASTANAGA SECRET DE PORC ROSTIT AMB PATATES AL FORN AMANIDA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, olives, blat de les índies)	CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES LLOM A LA PLANXA AMANIDA MIXTA FRUITA	CREMA VICHYSSEOISE PIZZA AMANIDA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives) FRUITA I IOGURT	MACARRONS GRATINATS AMB VERDURES LLUÇ A LA ROMANA AMB MONGETES TENDRES AMANIDA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, orenga, olives, formatge tendre) FRUITA	RISOTTO LLEUGER AMB XAMPINYONS PITERA DE POLLASTRE AL FORN AMB PASTANAGUES BABY AMANIDA MIXTA FRUITA I GELAT
SOPAR	<i>CALAMARS A LA PLANXA AMB ESPÀRRECS I ARRÒS BLANC</i>	<i>GNOCCHI DE PATATA AMB POLLASTRE I XAMPINYONS I CARABASSÍ</i>	<i>ORADA AMB COLFLORI ARREBOSSADA CUINADA AL FORN</i>	<i>CREMA DE VERDURES BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA AMB BONIATO AL FORN</i>	<i>COUS COUS AMB SALTEJAT DE VERDURETES I OUS A LA PLANXA</i>
	DILLUNS, 20	DIMARTS, 21	DIMECRES, 22	DIJOUS, 23	DIVENDRES, 24
DINAR	AMANIDA DE PASTA AMB TOMÀTIGA, BLAT DE LES ÍNDIES, TONYINA I OLIVES PEIX AL FORN AMB PEBRES I PATATES AMANIDA VARIADA FRUITA	PURÉ DE CARABASSÓ I FORMATGE PILOTES DE POLLASTRE A LA JARDINERA AMANIDA FRUITA I IOGURT	CANELONS ROSINNI ALETES DE POLLASTRE AMANIDA MIXTA FRUITA	EMPEDRAT DE LLENTIES TRUITA DE PATATES I CARABASSÓ AMANIDA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives) FRUITA	ARRÒS ABANDA BISTEC DE PORC A LA PLANXA AMB PATATA PANADERA AMANIDA MIXTA FRUITA I GELAT
SOPAR	<i>NUGGETS' AL FORN AMB SALTEJAT DE VERDURES VARIADES</i>	<i>HAMBURGUESA DE LLUÇ AMB PATATES</i>	<i>SOPA DE BROU AMB POLLASTRE, PASTANAGA BOLLIDA I OU DUR</i>	<i>FILET DE TONYINA AMB Salsa DE TOMÀTIGA CASOLANA I PURÉ DE PATATES</i>	<i>'MINI PIZZES' SALUDABLES DE CARABASSÍ AMB FORMATGE MOZZARELLA, TOMÀTIGA I PERNIL DOLÇ</i>
	DILLUNS, 27	DIMARTS, 28	DIMECRES, 29	DIJOUS, 30	DIVENDRES, 31

DINAR	SOPA DE FIDEUS RAGÚ AMB SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga, pèsols) I PATATA AMANIDA MIXTA FRUITA	ESPAGUETIS QUATRE FORMATGES PEIX AL FORN AMB SALTEJAT DE CARABASSÍ I CEBA AMANIDA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, olives, blat de les índies) FRUITA I IOGURT	AMANIDA ALEMANYA POLLASTRE A L'ALLET AMANIDA MIXTA PINYA EN ALMÍVAR	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES ROTI D'INDIOT AMB PASTANAGA SALTEJADA AMANIDA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga, remolatxa) FRUITA	ARRÓS BROU MARINER MAGRE DE PORC AL FORN AMB XAMPINYONS I PATATA AMANIDA (tomàtiga, iceberg) FRUITA I IOGURT
SOPAR	CREMA DE CARABASSA I CURRY POLLASTRE A LA PLANXA AMB ESPIRALS DE LLENTIES	ESPAGUETIS DE CARABASSÍ AMB LLET EVAPORADA I BACÓ	CREMA DE VERDURES SALMÓ AL FORN AMB BONIATO	REMENAT DE GAMBETES, ALLETS I ESPÀRRECS	CARABASSÍ FARCIT AMB CARN PICADA I VERDURETES
		RESTAURANTES COLECTIVOS INSULARES		A TOTES LES MENJADES HI HAURÀ PA I AIGUA	

El present menú ha estat planificat i revisat per la nutricionista responsable, garantint la seva adequació a les necessitats nutricionals dels escolars segons la normativa vigent.

CONTÉ GLUTEN (1)	CRUSTACIS (2)	OUS (3)	PEIX (4)	CACAUETS (5)	SOJA (6)	LACTIS (7)
						

Menú firmat i revisat per:

Elena Nicolau Muñoz, Nutricionista-Dietista.



FRUITS DE CLOVELLA (8)	API (9)	MOSTASSA (10)	GRANS DE SÈSAM (11)	MOL·LUSC (12)	TRAMUSSOS (13)	SULFITS (14)
						

