

MENÚ LA PORCIÚNCULA - MARÇ 2026

	DILLUNS, 2	DIMARTS, 3	DIMECRES, 4	DIJOUS, 5	DIVENDRES, 6
DINAR	FESTA	SOPA DE FIDEUÍ CUINAT DE PILOTES AMB VERDURETES AMANIDA CAPRESE FRUITA (1)	PURÉ DE CARABASSA PIZZA DE PERNIL AMANIDA MEDITERRÀNIA (iceberg, tomàtiga, germinats) FRUITA I IOGURT (1)	AGUIAT DE MONGETES TRUITA DE PATATES AMANIDA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, pastanaga, blat de les índies) FRUITA (3)	MACARRONS AMB XAMPINYONS I PERNIL PEIX AL FORN AMANIDA GREGA (fulles de roure, orenga, olives negres, formatge tendre) FRUITA I IOGURT (1,4)
SOPAR		SOPA DE MARISC AMB ARRÒS I VERDURETES	WRAPS INTEGRALS A L'ESTIL MEXICÀ AMB CARN PICADA DE POLLASTRE, AMANIDA ICEBERG, TOMÀTIGA I ADVOCAT	LLOBARRO AL FORN AMB PATATA BOLLIDA I MONGETES TENDRES SALTEJADES	CREMA DE VERDURES TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ
	DILLUNS, 8	DIMARTS, 9	DIMECRES, 10	DIJOUS, 11	DIVENDRES, 12
DINAR	PURÉ DE PASTANAGÓ HAMBURGUESES AMB PATATES AMANIDA MEDITERRÀNIA FRUITA	SOPA DE PINYONET PITERES DE POLLASTRE A L'ALLET AMB VERDURETES AMANIDA DE BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA I IOGURT (1)	CUINAT DE LLENTIES CROQUETES D'ESCUDELLA AMANIDA MIXTA FRUITA CÍTRICA (1)	WOK DE TALLARINA A L'ESTIL ORIENTAL LLUÇ AL FORN AMANIDA MEDITERRÀNIA FRUITA (1, 6, 4)	PAELLA DE MARISCOS TRUITA FRANCESA DE PERNIL I XAMPINYONS AMANIDA GREGA FRUITA (3, 4, 2, 12)
SOPAR		ORADA AL FORN AMB PATATES A LO POBRE I PEBRES TORRATS	'CREPES' D'ESPINACS AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE MOZZARELLA.	SOPA BROU D'OSSOS AMB POLLASTRE ESMICOLAT I LES VERDURETES DEL BROU	LASSANYA DE CARABASSA I TONYINA
	DILLUNS, 16	DIMARTS, 17	DIMECRES, 18	DIJOUS, 10	DIVENDRES, 20
DINAR	SOPA D'ESTRELLETES ROTY D'INDIOT I VERDURES AMANIDA VARIADA FRUITA I IOGURT (1)	ARRÓS ABANDA LLOM AMB Salsa DE XAMPINYONS AMANIDA MIXTA FRUITA	CUINAT DE CIGRONS TRUITA DE PATATES AMANIDA CAPRESE FRUITA CÍTRICA (3)	CREMA DE VERDURES POLLASTRE AL FORN AMB BRÒQUIL A L'ALLET I PATATES AMANIDA DE BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA	MACARRONS NAPOLITANA LLUÇ ARREBOSSAT AMANIDA MIXTA FRUITA I IOGURT (1,4)
SOPAR	ALBERGÍNIA A LA PARMIGIANA	HAMBURGUESES CASOLANES DE POLLASTRE, ESPINACS I PASTANAGA AMB PATATES A LO POBRE I XAMPINYONS SALTEJATS	CREMA DE CARABASSA, LLET DE COCO I CURRY RELLOM D'INDIOT TORRAT	SÍPIA A L'ALLET AMB ARRÒS I ESPÀRRECS.	VICHYSOISSE TRUITA DE BONIATOS
	DILLUNS, 23	DIMARTS, 24	DIMECRES, 25	DIJOUS, 26	DIVENDRES, 27
DINAR	SOPA JULIANA DE VERDURES ESCALOP DE LLOM AL FORN AMB PATATES FREGIDES AMANIDA MEDITERRÀNIA FRUITA I IOGURT	ARRÒS PARMESANA POLLASTRE A LA LLIMONA AMB VERDURETES AMANIDA CAMPERA FRUITA	LASSANYA D'ESPINACS RABES DE CALAMAR AMANIDA DE BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA I IOGURT (1, 12)	BRÒQUIL GRATINAT ESTOFAT DE CARN AMB PATATES AMANIDA MIXTA FRUITA	AGUIAT DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE PATATES AMANIDA MIXTA FRUITA (3)
SOPAR	NOODLES D'ARRÒS AMB GAMBES I VERDURETES SALTEJADES (ESTIL ORIENTAL). OPCIONAL: UNA CULLERADA DE SALSA DE SOJA.	CREMA DE XAMPINYONS. ESTRELLATS SALUDABLES (OUS A LA PLANXA, PATATES AL FORN I PERNIL SALAT)	ALBERGÍNIES FARCIDES AMB CARN PICADA DE VEDELLA, Salsa DE TOMÀTIGA CASOLANA I FORMATGE RATLLAT	ARRÒS TRES DELÍCIES (ARRÒS INTEGRAL, TRUITA FRANCESA, PERNIL DOLÇ, PASTANAGA I PÉSOLS)	SALMÓ AL FORN AMB BONIATO I MONGETES TENDRES SALTEJADES

	DILLUNS, 30	DIMARTS, 31			
DINAR	ESPAGUETIS NAPOLITANA PITERES DE POLLASTRE TORRADES AMANIDA MIXTA FRUITA I GELAT (1)	CUINAT DE LLENTIES PEIX AL FORN AMB VERDURETES AMANIDA MIXTA FRUITA (4)			
SOPAR	TUMBET MALLORQUÍ AMB OUS A LA PLANXA	COLFLORI ARREBOSSADA AL FORN AMB HAMBURGUESA CASOLANA D'AU I PASTANAGA			
			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.

Menú firmat i revisat per ELENA NICOLAU MUÑOZ, Nutricionista-Dietista del centre

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

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

