Menú SENSE GLUTEN – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS FILET DE LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES PA S/GLUTEN I FRUITA	**11** PASTA S/GLUTEN AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA DEL TEMPS PA S/GLUTEN I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS PA S/GLUTEN I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA FRICANDÓ DE VEDELLA** S/GTLUTEN ECO AMB PATATA PANADERA PA S/GLUTEN I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC SENSE GLUTEN
17 PASTA S/GLUTEN AL PESTO LLUÇ AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA PA S/GLUTEN I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS PA S/GLUTEN I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES (PASTA S/GLUTEN) ESTOFAT DE GALL DINDI PA S/GLUTEN I IOGURT	**20** AMANIDA DEL TEMPS* LLENTIES ESTOFADES PA S/GLUTEN I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA S/GLUTEN I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES PA S/GLUTEN I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA S/GLUTEN I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS PA S/GLUTEN I IOGURT	**27** PASTA S/GLUTEN AMB BOLONYESA VEGETAL* TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA S/GLUTEN I FRUITA	**28** MENU SORPRESA SENSE GLUTEN

*INGREDIENTS SENSE GLUTEN (verificar fitxes de proveïdors)

** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

Menú SENSE CARN DE PORC – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS CROQUETES DE BACALLÀ AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS SENSE CARN DE PORC PA I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA FRICANDÓ DE VEDELLA ECO AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC SENSE CARN DE PORC
17 ESPAGUETIS AL PESTO LLUÇ AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES BROU S/CARN DE PORC ESTOFAT DE GALL DINDI PA I IOGURT	**20** LLENTIES ESTOFADES S/CARN DE PORC CROQUETES DE BOLETS AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES S/CARN DE PORC PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I IOGURT	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA SENSE CARN DE PORC

INGREDIENTS SENSE CARN DE PORC

Menú SENSE CARN DE VEDELLA – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS CROQUETES DE BACALLÀ AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS SENSE CARN DE VEDELLA PA I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA POLLASTRE AL FORN AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC SENSE CARN DE VEDELLA
17 ESPAGUETIS AL PESTO LLUÇ AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES BROU S/CARN DE VEDELLA ESTOFAT DE GALL DINDI PA I IOGURT	**20** LLENTIES ESTOFADES S/CARN DE VEDELLA CROQUETES DE BOLETS AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES S/CARN DE VEDELLA PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I IOGURT	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA SENSE CARN DE VEDELLA

INGREDIENTS SENSE CARN DE VEDELLA

Menú SENSE CARN – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS CROQUETES DE BACALLÀ AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS SENSE CARN PA I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA LLUÇ AL FORN AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC SENSE CARN
17 ESPAGUETIS AL PESTO LLUÇ AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES BROU VEGETAL S/CARN BACALLÀ AL FORN AMB PATATA PANADERA PA I IOGURT	**20** LLENTIES ESTOFADES S/CARN CROQUETES DE BOLETS AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES S/CARN PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA CROQUETES VEGETALS AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I IOGURT	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA SENSE CARN

INGREDIENTS SENSE CARN

Menú VEGETARIÀ – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS CROQUETES VEGETALS AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS SENSE CARN PA I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA HAMBURGUESA DE QUINOA AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC VEGETARIÀ SENSE CARN NI PEIX
17 ESPAGUETIS AL PESTO CROQUETES VEGETALS AMB AMANIDA PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES BROU VEGETAL S/CARN LLEGUMS GUISATS S/CARN PA I IOGURT	**20** LLENTIES ESTOFADES S/CARN CROQUETES DE BOLETS AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES S/CARN PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM PAELLA DE VERDURES S/PEIX NI MARISC PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA CROQUETES VEGETALS AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I IOGURT	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA VEGETARIÀ SENSE CARN NI PEIX

INGREDIENTS SENSE CARN NI PEIX

Menú BAIX EN GREIX – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS FILET DE LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**12** PATATES BULLIDES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS SENSE CARN PA I IOGURT DESNATAT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA (SENSE LACTIS) POLLASTRE S/PELL AL FORN AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC BAIX EN GREIX
17 ESPAGUETIS AMB OLI I ALFÀBREGA S/LACTIS LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA S/SUQUET PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE S/PELL AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES BROU VEGETAL S/CARN ESTOFAT DE GALL DINDI PA I IOGURT DESNATAT	**20** AMANIDA DEL TEMPS LLENTIES ESTOFADES S/CARN PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA (SENSE LACTIS) ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES S/CARN PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM (SENSE LACTIS) PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC S/PELL A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I IOGURT DESNATAT	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL S/FORMATGE TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA BAIX EN GREIX

Tots aquest aliments del nostre menú són d'origen ecològic:
Totes les pastes, llegums i arrossos; tota la verdura i fruita de temporada; el pollastre i la vedella (1 cop al mes); tot l'oli que utilitzem per cuinar i tota la sal, el pa integral .
També, dos cops al mes servim peix de proximitat.

Menú SENSE LACTOSA – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS FILET DE LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS PA I POSTRES DE SOJA	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA (SENSE LACTIS) FRICANDÓ DE VEDELLA ECO AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC SENSE LACTOSA
17 ESPAGUETIS AMB OLI I ALFÀBREGA S/LACTIS LLUÇ AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES ESTOFAT DE GALL DINDI PA I POSTRES DE SOJA	**20** AMANIDA DEL TEMPS LLENTIES ESTOFADES PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA (SENSE LACTIS) ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM (SENSE LACTIS) PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I POSTRES DE SOJA	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL* S/FORMATGE TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA SENSE LACTOSA

*INGREDIENTS S/LACTOSA NI DERIVATS DE LA LLET (verificar fitxes de proveïdors)

Menú SENSE FRUITS SECS – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS FILET DE LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES PA* I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA DEL TEMPS PA* I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS S/PICADA PA* I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA FRICANDÓ DE VEDELLA** ECO AMB PATATA PANADERA PA* I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC SENSE FRUITS SECS
17 ESPAGUETIS AMB OLI I ALFÀBREGA S/FRUITS SECS LLUÇ AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA PA* I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS PA* I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES ESTOFAT DE GALL DINDI S/PICADA PA* I IOGURT	**20** AMANIDA DEL TEMPS LLENTIES ESTOFADES S/PICADA PA* I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA* I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES S/PICADA PA* I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA* I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS PA* I IOGURT	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL* TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA* I FRUITA	**28** MENU SORPRESA SENSE FRUITS SECS

*INGREDIENTS S/FRUITS SECS NI PICADA DE FRUITS SECS EN PREPARACIONS (verificar fitxes de proveïdors)

** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

Menú SENSE PEIX NI MARISC – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS CROQUETES VEGETALS*/** AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES I PÈSOLS TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS PA I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA FRICANDÓ DE VEDELLA** ECO AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC SENSE PEIX NI MARISC
17 ESPAGUETIS AL PESTO OUS AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES ESTOFAT DE GALL DINDI PA I IOGURT	**20** LLENTIES ESTOFADES CROQUETES DE BOLETS*/** AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM PAELLA DE VERDURES S/PEIX NI MARISC PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I IOGURT	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA SENSE PEIX NI MARISC

*INGREDIENTS S/PEIX NI MARISC NI DERIVATS (verificar fitxes de proveïdors)

** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

Menú SENSE OU – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS FILET DE LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**11** PASTA S/OU AMB VERDURES I PÈSOLS GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES CIGRONS ESTOFATS PA I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA FRICANDÓ DE VEDELLA** ECO AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC SENSE OU
17 PASTA S/OU AL PESTO LLUÇ AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES PASTA S/OU ESTOFAT DE GALL DINDI PA I IOGURT	**20** AMANIDA DEL TEMPS LLENTIES ESTOFADES PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET S/OU PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES I LLEGUM PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I IOGURT	**27** AMANIDA VARIADA PASTA S/OU AMB BOLONYESA VEGETAL PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA SENSE OU

*INGREDIENTS S/OU NI DERIVATS,(verificar fitxes de proveïdors)

** FREGITS SENSE OU, EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

Menú BAIX EN FRUCTOSA – Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES PERMESES AMB ARRÒS CROQUETES DE BACALLÀ AMB HORTALISSES PERMESES PA I FRUITA PERMESA	**11** FIDEUS AMB VERDURES PERMESES TRUITA DE FORMATGE AMB HORTALISSES PERMESES PA I FRUITA PERMESA	**12** PATATES AMB VERDURETES PERMESES CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES PERMESES PA I IOGURT NATURAL	**13** CREMA DE VERDURES PERMESES FRICANDÓ DE VEDELLA ECO AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA PERMESA	**14** ÀPAT TEMÀTIC BAIX EN FRUCTOSA
17 ESPAGUETIS AL PESTO LLUÇ AL FORN AMB HORTALISSES PERMESES PA I FRUITA PERMESA	**18** VERDURA PERMESA AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB HORTALISSES PERMESES PA I FRUITA PERMESA	**19** SOPA DE VERDURES PERMESES ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES PERMESES PA I IOGURT NATURAL	**20** LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES PERMESES CROQUETES DE BOLETS AMB HORTALISSES PERMESES PA I FRUITA PERMESA	**21** CREMA DE VERDURES PERMESES ARRÒS AMB VERDURES PERMESES I OU DUR PA I FRUITA PERMESA
24 MINESTRA DE VERDURES PERMESES MONGETES ESTOFADES AMB VERDURES PERMESES PA I FRUITA PERMESA	**25** CREMA DE VERDURES PERMESES I LLEGUM PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) AMB VERDURES PERMESES PA I FRUITA PERMESA	**26** VERDURA PERMESA AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB HORTALISSES PERMESES PA I IOGURT NATURAL	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL AMB VERDURES PERMESES TRUITA DE PATATA AMB HORTALISSES PERMESES S/CEBA PA I FRUITA PERMESA	**28** MENU SORPRESA BAIX EN FRUCTOSA

INGREDIENTS TOLERATS AMB BAIX CONTINGUT DE FRUCTOSA

Menú LTP (s/llegum ni enciam) Gener 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10 WOK DE VERDURES AMB ARRÒS CROQUETES DE BACALLÀ AMB PASTANAGA I OLIVES S/ENCIAM PA I FRUITA	**11** FIDEUS AMB VERDURES S/PÈSOLS TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA DEL TEMPS S/ENCIAM PA I FRUITA	**12** PATATES AMB VERDURETES POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA DEL TEMPS S/ENCIAM PA I IOGURT	**13** CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA FRICANDÓ DE VEDELLA ECO AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA	**14** ÀPAT TEMÀTIC LTP SENSE LLEGUM NI ENCIAM
17 ESPAGUETIS AL PESTO LLUÇ AL FORN AMB SUQUET DE CEBA I TOMÀQUET I AMANIDA S/ENCIAM PA I FRUITA	**18** BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DEL TEMPS S/ENCIAM PA I FRUITA	**19** SOPA DE VERDURES (BROU S/LLEGUM) ESTOFAT DE GALL DINDI S/PÈSOLS PA I IOGURT	**20** PATATES ESTOFADES PEIX A LA PLANXA AMB AMANIDA DEL TEMPS S/ENCIAM PA I FRUITA	**21** CREMA DE PORROS I CARBASSA ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) PA I FRUITA
24 MINESTRA DE VERDURES S/PÈSOLS LLUÇ A LA PLANXA AMB VERDURETES PA I FRUITA	**25** CREMA DE VERDURES S/LLEGUM PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA I FRUITA	**26** COLIFLOR AMB PATATA BULLIDA POLLASTRE ECOLÒGIC A L´ALLET AMB AMANIDA DEL TEMPS S/ENCIAM PA I IOGURT	**27** ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL S/LLEGUM TRUITA DE CEBA I PATATA AMB TOMÀQUET S/ENCIAM PA I FRUITA	**28** MENU SORPRESA LTP SENSE LLEGUM NI ENCIAM

INGREDIENTS TOLERATS SENSE LLEGUMS NI ENCIAM