

OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC

(sense faves)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL DECRET 315/2025			1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FIDEUÀ INTEGRAL DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10) 2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES AMB SALSA DE IOGURT (7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7)
1P MACARRONS integrals A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T2, T14) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10, T1, T10) GU TOMÀQUET AMANIT PO IOGURT (7)	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (T1) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I TOMÀQUET PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P POLLASTRE A L'ALLET GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA
<i>Festiu</i>	1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I REMOLATXA 2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA DE CARN PICADA (1, 12, T3, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA (1) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB TARONJA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA
1P MINESTRA DE VERDURES 2P MANDONGUILLES VEGETARIANES *sense faves AMB SALSA (T6) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FUSSILIS INTEGRALS A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó) (1, 3, 7, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO IOGURT (7)	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda,xampinyons,pastanagues i pèsols) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (9, T1) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU POMA SALTEJADA PO FRUITA DE TEMPORADA
1P ARRÒS MARINERA (rap i gambetes) (2, 4, 9, 12, 14, T2, T4) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CIGRONS SALTEJATS AMB SALSA DE TOMÀQUET 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10, T1, T10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7)	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, T6, T10) 2P SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES DE GIRASOL (opcional) (T5, T8) 2P POLLASTRE AL FORN AMB CASTANYES GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	<i>Festiu</i>

OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC

(sense festucs ni cacauets)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL DECRET 315/2025			1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 1	1P FIDEUÀ INTEGRAL DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10) 2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES AMB SALSA DE IOGURT (7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7) 2
1P MACARRONS integrals A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T2, T14) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA 5	1P CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10, T1, T10) GU TOMÀQUET AMANIT PO IOGURT (7) 6	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (T1) PO FRUITA DE TEMPORADA 7	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I TOMÀQUET PO FRUITA DE TEMPORADA 8	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P POLLASTRE A L'ALLET GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 9
<i>Festiu</i> 12	1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I REMOLATXA 2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA 13	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA DE CARN PICADA (1, 12, T3, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA 14	1P CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA (1) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB TARONJA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA 15	1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 16
1P MINESTRA DE VERDURES 2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB SALSA (T6) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA 19	1P FUSSILIS INTEGRALS A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó) (1, 3, 7, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 20	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 21	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda,xampinyons,pastanagues i pèsols) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO FRUITA DE TEMPORADA 22	1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (9, T1) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU POMA SALTEJADA PO FRUITA DE TEMPORADA 23
1P ARRÒS MARINERA (rap i gambetes) (2, 4, 9, 12, 14, T2, T4) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA 26	1P CIGRONS SALTEJATS AMB SALSA DE TOMÀQUET 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10, T1, T10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 27	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, T6, T10) 2P SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DE TEMPORADA 28	1P CREMA DE CARBASSA 2P POLLASTRE AL FORN GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 29	<i>Festiu</i> 30

OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC

(sense fruits secs ni cacauets)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL DECRET 315/2025			1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FIDEUÀ INTEGRAL DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10) 2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES AMB SALSA DE IOGURT (7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7)
1P MACARRONS integrals A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T2, T14) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10, T1, T10) GU TOMÀQUET AMANIT PO IOGURT (7)	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (T1) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I TOMÀQUET PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P POLLASTRE A L'ALLET GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA
<i>Festiu</i>	1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I REMOLATXA 2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA DE CARN PICADA (1, 12, T3, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA (1) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB TARONJA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA
1P MINESTRA DE VERDURES 2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB SALSA (T6) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FUSSILIS INTEGRALS A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó) (1, 3, 7, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO IOGURT (7)	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda,xampinyons,pastanagues i pèsols) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (9, T1) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU POMA SALTEJADA PO FRUITA DE TEMPORADA
1P ARRÒS MARINERA (rap i gambetes) (2, 4, 9, 12, 14, T2, T4) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CIGRONS SALTEJATS AMB SALSA DE TOMÀQUET 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10, T1, T10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7)	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, T6, T10) 2P SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CARBASSA 2P POLLASTRE AL FORN GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	<i>Festiu</i>

OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC

(sense fruits secs, gambes ni kiwi)

DILLUNS

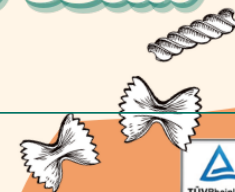
DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL DECRET 315/2025	***PEIX SENSE TRACES DE GAMBES		1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 1	1P FIDEUÀ INTEGRAL DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10) 2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES AMB SALSA DE IOGURT (7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7) 2
1P MACARRONS integrals A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2P PEIX BLANC ***A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA 5	1P CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10, T1, T10) GU TOMÀQUET AMANIT PO IOGURT (7) 6	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (T1) PO FRUITA DE TEMPORADA 7	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I TOMÀQUET PO FRUITA DE TEMPORADA 8	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P POLLASTRE A L'ALLET GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 9
12	1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I REMOLATXA 2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA 13	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA DE CARN PICADA (1, 12, T3, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA 14	1P CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA (1) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB TARONJA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA 15	1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 16
1P MINESTRA DE VERDURES 2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB SALSA (T6) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA 19	1P FUSSILIS INTEGRALS A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó) (1, 3, 7, T6, T10) 2P PEIX BLANC**** A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 20	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 21	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda,xampinyons,pastanagues i pèsols) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO FRUITA DE TEMPORADA 22	1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (9, T1) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU POMA SALTEJADA PO FRUITA DE TEMPORADA 23
1P ARRÒS AMB VERDURES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA 26	1P CIGRONS SALTEJATS AMB SALSA DE TOMÀQUET 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10, T1, T10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 27	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, T6, T10) 2P SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DE TEMPORADA 28	1P CREMA DE CARBASSA 2P POLLASTRE AL FORN GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 29	30



OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC (sense gluten)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL DECRET 315/2025			1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FIDEUÀ Isense gluten. DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (3, 9) 2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES AMB SALSA DE IOGURT (7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7)
1P MACARRONS sense gluten A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE RATLLAT (salsa de tomàquet casolana) (7, T3) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina sense gluten) (4, T2, T14) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 2P GALL DINDI AL FORN (farigola i julivert) GU TOMÀQUET AMANIT PO IOGURT (7)	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P MONGETES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I TOMÀQUET PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P POLLASTRE A L'ALLET GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA
<i>Festiu</i>	1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I REMOLATXA 2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P ESPAGUETIS sense gluten A LA BOLONYESA DE CARN PICADA (12) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PASTANAGA 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB TARONJA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA
1P MINESTRA DE VERDURES 2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB SALSA (T6) GU pèsols PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FUSSILIS sense gluten A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó) (3, 7) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO IOGURT (7)	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PA sense gluten (3) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda,xampinyons,pastanagues i pèsols) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P MONGETES ESTOFADES AMB CARBASSA (9) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU POMA SALTEJADA PO FRUITA DE TEMPORADA
1P ARRÒS MARINERA (rap i gambetes) (2, 4, 9, 12, 14, T2, T4) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CIGRONS SALTEJATS AMB SALSA DE TOMÀQUET 2P BURRITOS sense gluten DE GALL DINDI (10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7)	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS sense gluten (3, 9) 2P SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES DE GIRASOL (opcional) (T5, T8) 2P POLLASTRE AL FORN AMB CASTANYES GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	<i>Festiu</i>

OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC

(sense peix ni marisc)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE
SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL
DECRET 315/2025

1P MACARRONS integrals A LA NAPOLITANA
AMB FORMATGE RATLLAT (salsa de
tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10)
2P LLOM A LA PLANXA
AMANIDA DE FULLA DE ROURE,
COGOMBRE I BLAT DE MORO
GU
PO FRUITA DE TEMPORADA

5

1P CREMA DE PORROS, PATATA I
PASTANAGA
2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri,
mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10,
T1, T10)
GU TOMÀQUET AMANIT
PO IOGURT (7)

6

1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES
2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO
(sofregit de ceba,alls i pebrots) (T1)
PO FRUITA DE TEMPORADA



7

1P CREMA DE VERDURES (carbassó,
pastanaga i patata)
2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA
GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES
PO FRUITA DE TEMPORADA

1

1P FIDEUÀ INTEGRAL DE VERDURES AMB ALL-I-
OLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10)
2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES AMB
SALSA DE IOGURT (7)
GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB
TOMÀQUET I PASTANAGA
PO IOGURT (7)

2

Festiu

12

1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I
REMOLATXA
2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7)
GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I
OLIVES NEGRES
PO FRUITA DE TEMPORADA

13

1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL
VAPOR
2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA DE CARN
PICADA (1, 12, T3, T6, T10)
PO FRUITA DE TEMPORADA

14

1P CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS
DE PA (1)
2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA
GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB
TARONJA I OLIVES NEGRES
PO FRUITA DE TEMPORADA

15

1P CIGRONS ESTOFADES AMB ESPINACS
2P LLOM A LA PLANXA
GU PATATES FREGIDES
PO FRUITA DE TEMPORADA

16

1P MINESTRA DE VERDURES
2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB
SALSA (T6)
GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10)
PO FRUITA DE TEMPORADA



19

1P FUSSILIS INTEGRALS A LA CARBONARA (amb
crema de llet i bacó) (1, 3, 7, T6, T10)
2P GALL DINDI A LA GRAELLA
GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS,
PASTANAGA I BLAT DE MORO
PO IOGURT (7)

20

1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)
2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB
PANKO (1, 3, 6, 10)
GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES
PO FRUITA DE TEMPORADA

21

1P PAELLA DE VERDURES (mongeta
verda,xampinyons,pastanagues i pèsols)
2P TRUITA DE PATATES (3)
GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE
MORO I REMOLATXA
PO FRUITA DE TEMPORADA

22

1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (9,
T1)
2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA
GU POMA SALTEJADA
PO FRUITA DE TEMPORADA

23

1P ARRÒS AMB VERDURES
2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3)
GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS,
PASTANAGA I BLAT DE MORO
PO FRUITA DE TEMPORADA

26

1P CIGRONS SALTEJATS AMB SALSA DE
TOMÀQUET
2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10, T1, T10)
GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
PO IOGURT (7)

27

1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB
PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, T6, T10)
2P LLOM A LA PLANXA
GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB
TOMÀQUET I PASTANAGA
PO FRUITA DE TEMPORADA

28

1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES DE
GIRASOL (opcional) (T5, T8)
2P POLLASTRE AL FORN AMB CASTANYES
GU PATATES FREGIDES
PO FRUITA DE TEMPORADA

29

Festiu

30



OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC
(sense tomàquet)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

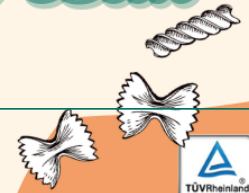
DIJOUS

DIVENDRES

**** SOFREGITS/SALSES ELABORADES SENSE TOMÀQUET  **** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL DECRET 315/2025			1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA GU ENCIAM I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 1	1P FIDEUÀ INTEGRAL* sense sofregit DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10) 2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES AMB SALSA DE IOGURT (7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB PASTANAGA PO IOGURT (7) 2
MACARRONS integrals AMB FORMATGE RATLLAT (1, 7, T3, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T2, T14) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA 5	1P CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10, T1, T10) GU ENCIAM PO IOGURT (7) 6	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (T1) PO FRUITA DE TEMPORADA  7	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES* 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA PO FRUITA DE TEMPORADA 8	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P POLLASTRE A L'ALLET GU ENCIAM I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 9
 12	1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I REMOLATXA 2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA 13	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P ESPAGUETIS AMB CARN PICADA (1, 12, T3, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA 14	1P CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA (1) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB TARONJA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA 15	1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba natural) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 16
1P MINESTRA DE VERDURES 2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB SALSA* (T6) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA  19	1P FUSSILIS INTEGRALS A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó) (1, 3, 7, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 20	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU ENCIAM I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 21	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda,xampinyons,pastanagues i pèsols) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO FRUITA DE TEMPORADA 22	1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (9, T1) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU POMA SALTEJADA PO FRUITA DE TEMPORADA 23
1P ARRÒS MARINERA (rap i gambetes) *sense tomàquet (2, 4, 9, 12, 14, T2, T4) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA 26	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBÀ 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10, T1, T10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 27	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, T6, T10) 2P SALMÓ AL FORN (amb ceba natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB ASTANAGA PO FRUITA DE TEMPORADA 28	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES DE GIRASOL (opcional) (T5, T8) 2P POLLASTRE AL FORN AMB CASTANYES GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA 29	 30



- Gluten**
(1)
- Crustacis**
(2)
- Ous**
(3)
- Peix**
(4)
- Cacauet**
(5)
- Soja**
(6)
- Llet**
(7)
- Fruits secs**
(8)
- Api**
(9)
- Mostassa**
(10)
- Sèsam**
(11)
- Sulfits**
(12)
- Tramusos**
(13)
- Mol·luscs**
(14)



Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC
(sense lactosa)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

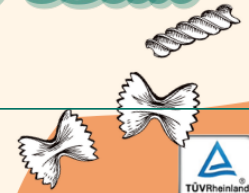
DIJOUS

DIVENDRES

**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL DECRET 315/2025			1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FIDEUÀ INTEGRAL DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10) 2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT sense lactosa
1P MACARRONS integrals A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) (1, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T2, T14) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10, T1, T10) GU TOMÀQUET AMANIT PO IOGURT sense lactosa	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (T1) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I TOMÀQUET PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P POLLASTRE A L'ALLET GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA
Festiu	1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I REMOLATXA 2P TRUITA FRANCESA (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA DE CARN PICADA (1, 12, T3, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA (1) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB TARONJA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA
1P MINESTRA DE VERDURES 2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB SALSA (T6) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA	1P FUSSILIS INTEGRALS AMB HERBES AROMÀTIQUES (1, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO IOGURT sense lactosa	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda,xampinyons,pastanagues i pèsols) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (9, T1) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU POMA SALTEJADA PO FRUITA DE TEMPORADA
1P ARRÒS MARINERA (rap i gambetes) (2, 4, 9, 12, 14, T2, T4) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CIGRONS SALTEJATS AMB SALSA DE TOMÀQUET 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10, T1, T10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT sense lactosa	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, T6, T10) 2P SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES DE GIRASOL (opcional) (T5, T8) 2P POLLASTRE AL FORN AMB CASTANYES GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORADA	Festiu



- Gluten** (1)
- Crustacis** (2)
- Ous** (3)
- Peix** (4)
- Cacauet** (5)
- Soja** (6)
- Llet** (7)
- Fruits secs** (8)
- Api** (9)
- Mostassa** (10)
- Sèsam** (11)
- Sulfits** (12)
- Tramusos** (13)
- Mol·luscs** (14)



Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)

OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC (sense PLV)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE
SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL
DECRET 315/2025

1P MACARRONS integrals A LA NAPOLITANA
(salsa de tomàquet casolana) (1, T6, T10)

2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1,
4, T2, T14)

GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE,
COGOMBRE I BLAT DE MORO

PO FRUITA DE TEMPORADA

5

1P CREMA DE PORROS, PATATA I
PASTANAGA

2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri,
mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10,
T1, T10)

GU TOMÀQUET AMANIT

PO FRUITA DE TEMPORADA

6

1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES

2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO
(sofregit de ceba,alls i pebrots) (T1)

PO FRUITA DE TEMPORADA



7

1P CREMA DE VERDURES (carbassó,
pastanaga i patata)

2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA

GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES

PO FRUITA DE TEMPORADA

1

1P FIDEUÀ INTEGRAL DE VERDURES AMB ALL-I-
OLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10)

2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES

GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB
TOMÀQUET I PASTANAGA

PO FRUITA DE TEMPORADA

2

1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES

2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3)

GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I
TOMÀQUET

PO FRUITA DE TEMPORADA

8

1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit
de ceba,alls i pebrots)

2P POLLASTRE A L'ALLET

GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES

PO FRUITA DE TEMPORADA

9

Festiu

12

1P ARRÒS AMB SALSA DE CARBASSA I
REMOLATXA

2P TRUITA FRANCESA (3)

GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I
OLIVES NEGRES

PO FRUITA DE TEMPORADA

13

1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL
VAPOR

2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA DE CARN
PICADA (1, 12, T3, T6, T10)

PO FRUITA DE TEMPORADA

14

1P CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS
DE PA (1)

2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA

GU AMANIDA DE FULLES VARIADES AMB
TARONJA I OLIVES NEGRES

PO FRUITA DE TEMPORADA

15

1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS

2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet
natural) (4)

GU PATATES FREGIDES

PO FRUITA DE TEMPORADA

16

1P MINESTRA DE VERDURES

2P MANDONGUILLES VEGETARIANES AMB
SALSA (T6)

GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10)

PO FRUITA DE TEMPORADA



19

1P FUSSILIS INTEGRALS AMB HERBES
AROMÀTIQUES (1,T6, T10)

2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i
pebre vermell) (4, T2, T14)

GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS,
PASTANAGA I BLAT DE MORO

PO FRUITA DE TEMPORADA

20

1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)

2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB
PANKO (1, 3, 6, 10)

GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES

PO FRUITA DE TEMPORADA

21

1P PAELLA DE VERDURES (mongeta
verda,xampinyons,pastanagues i pèsols)

2P TRUITA DE PATATES (3)

GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE
MORO I REMOLATXA

PO FRUITA DE TEMPORADA

22

1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (9,
T1)

2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA

GU POMA SALTEJADA

PO FRUITA DE TEMPORADA

23

1P ARRÒS MARINERA (rap i gambetes) (2, 4,
9, 12, 14, T2, T4)

2P REMENAT D'OU AMB PERNIL DOLÇ (3)

GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS,
PASTANAGA I BLAT DE MORO

PO FRUITA DE TEMPORADA

26

1P CIGRONS SALTEJATS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10, T1, T10)

GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB
TOMÀQUET I BLAT DE MORO

PO FRUITA DE TEMPORADA

27

1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB
PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, T6, T10)

2P SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet
natural) (4)

GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB
TOMÀQUET I PASTANAGA

PO FRUITA DE TEMPORADA

28

1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES DE
GIRASOL (opcional) (T5, T8)

2P POLLASTRE AL FORN AMB CASTANYES

GU PATATES FREGIDES

PO FRUITA DE TEMPORADA

29

Festiu

30



OCTUBRE | ESCOLA LICEU POLITÈCNIC (sense lactosa, baix en fructosa i sorbitol E-420)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECREE

DIJOUS

DIVENDRES

**** PROTEÏNA D'ORIGEN VEGETAL DE SEGON PLAT COM OBLIGA EL REAL DECRET 315/2025	ALIMENTS NO RECOMANATS SEGONS LLISTAT: PASTANAGA, ALL, Ceba, PORRO, Pèsols, Salsa de TOMÀQUET, SOFREGITS D'HORTALISSES, COLIFLOR, BRÒQUIL, COL, BLAT DE MORO, POMA I PERA PASTA MILLOR NO INTEGRAL LLEGUMS: MITJA RACIÓ FRUITES: PLÀTAN, TARONJA MANDARINA, KIWI I GERDS IOGURT AMB LACTOSA SENSE SUCRE NI GUSTOS		1P CREMA DE VERDURES * 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P PASTA AMB OLI D'OLIVA (1, T6, T10) 2P CROQUETES DE CIGRÓ CASOLANES GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE
MACARRONS ilancs AMB HERBES AROMÀTIQUES I OOVE (1, T6, T10) LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T2, T14) 2P GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P CREMA DE PVERDURES* 2P GALL DINDI AL FORN GU AMANIDA PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P VERDURA* AMB PATATES BULLIDES 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (T1) * mitja ració PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P ARRÒS SALTEJAT 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL CURAT (3) GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES mitja ració * 2P POLLASTRE al forn GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE
<i>Festiu</i>	1P ARRÒS SALTEJAT AMB OOVE ORENGA 2P TRUITA FRANCESA (3) GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P ESPAGUETIS AMB PICADA DE CARN (1, 12, T3, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P CREMA DE VERDURES* AMB DAUS DE PA (1) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P CIGRONS SALTEJATS*mitja ració 2P BACALLÀ AL FORN) (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE
1P VERDURA* AMB PATATES 2P LLOM A LA PLANXA GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P FUSSILIS blancs AMB HERBES AROMÀTIQUES (1, T6, T10) 2P LLOM AL FORN (4, T2, T14) GU AMANIDA * PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P CREMA DE VERDURES 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P ARRÒS BLANC SALTEJAT 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P LLENTIES SALTEJADES* (T1) mitjaració 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE
1P ARRÒS AMB ORENGA 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL (3) GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P CIGRONS SALTEJATS AMB OOVE 2P BURRITOS DE GALL DINDI * (1, 10, T1, T10) GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES sense porro ni api AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, T6, T10) 2P SALMÓ AL FORN (4) GU AMANIDA* PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	1P CREMA DE VERDURES* 2P POLLASTRE AL FORN GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DE TEMPORA o IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	<i>Festiu</i>



SANED

· SCHOOL GASTRONOMY ·

QUÈ MENGEM PER SOPAR? QUÈ MENGEM PER SOPAR?

1R

Amanida de tomàquets, cogombres i olives
Arròs amb carxofes i bolets
Crema de carbassa
Hortalisses gratinades (carbassa, coliflor, bròquil, espinacs)
Sopa de pistons amb daus d'hortalisses

Broquetes de pebrot, ceba i pollastre
Llobarro amb picada de ceba i tomàquets
Moniato rostit i farcit amb cigrons i tomàquet sec
Truita de patates, ceba i carbassó
Estofat de patata amb carxofes i sípia/calamars

2N

PO

Macedònia de fruita fresca
Poma o pera cuita amb canyella
Fruita fresca amb iogurt natural
Mató amb nous i mel
Flam d'ou casolà

PRODUCTE DE TEMPORADA



RECOMANACIONS

A l'hora de complementar els primers plats amb els segons, i el dinar amb el sopar, hem de tenir en compte que hi ha d'haver un equilibri entre hortalisses, farinacis i proteics repartits durant els cinc àpats al llarg del dia.