

SETEMBRE 2026

MENÚ SENSE FRUCTOSA NI SORBITOL

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

7

8

9

10

11

Arròs **ECO**
saltat amb xampinyons

Croquetes de pollastre
amb enciam i olives

logurt **ECO** sense sucre

Llenties estofades
amb carbassa i porro

Bacallà al forn
amb enciam i cogombre

logurt **ECO** sense sucre

Carbassó i patata gratinat
amb formatge

Macarrons integrals
amb tonyina (**ECO***)

logurt **ECO** sense sucre

DIADA DE
CATALUNYA

14

15

16

17

18

Patates gratinades

Lluç al forn amb porro

logurt **ECO** sense sucre

Espaguetis **ECO**
amb crema d'espinacs

Pit de pollastre a la planxa
amb enciam i olives

logurt **ECO** sense sucre

Bròquil amb patata
i oli d'oliva

Truita **ECO** a la francesa
amb enciam i pipes

logurt **ECO** sense sucre

Amanida d'arròs integral **ECO**
amb enciam i olives

Llom de porc al forn
amb porro

logurt **ECO** sense sucre

Amanida d'enciams, rúcula,
cogombre i olives

Llenties estofades
amb carbassa

logurt **ECO** sense sucre

21

22

23

24

25

Arròs **ECO**
saltat amb espàrrecs

Truita **ECO** de patates
amb enciam i pipes

logurt **ECO** sense sucre

Puré de patata
amb oli d'oliva

Pernilet de pollastre al forn
amb enciam i cogombre

logurt **ECO** sense sucre

Llenties estofades
amb carbassa

Salmó al forn amb salsa
i amanida d'olives i cogombre

logurt **ECO** sense sucre

Espirals integrals **ECO**
amb herbes provençals

Gall dindi arrebossat
amb enciam i pipes

logurt **ECO** sense sucre

Crema de carbassó i patata
amb oli d'oliva

Llom de porc a la planxa
amb enciam i olives

logurt **ECO** sense sucre

28

29

30

Arròs integral **ECO**
saltat amb xampinyons

Maire enfarinada
amb enciam i olives

logurt **ECO** sense sucre

Crema de carbassó i patata
amb oli d'oliva

Llom de porc a la planxa
amb rodanxes de cogombre

logurt **ECO** sense sucre

Vichyssoise de porros

Llenties estofades
amb carbassa

logurt **ECO** sense sucre

Menú supervisat per Laia Navarro (col·legiada CAT-000031),
diplomada en Nutrició i Dietètica Humana.

Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats.
Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

ECO: plat ecològic

TORNEM A L'ESCOLA
Bon inici de curs a tothom!

