

# GENER 2025 - MENÚ BASAL

| DILLUNS   | DIMARTS   | DIMECRES   | DIJOUS   | DIVENDRES  |
|---|---|--|--|--|
|   |   | 1<br><b>VACANCES DE NADAL</b>  | 2<br><b>VACANCES DE NADAL</b>  | 3<br><b>VACANCES DE NADAL</b>  |
| 6<br><b>VACANCES DE NADAL</b>   | 7<br><b>VACANCES DE NADAL</b>   | 8<br>LLACETS AMB SALSINA DE TOMÀQUET<br>BUNYOLS DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | 9<br>CREMA DE CARBASSÓ<br>POLLASTRE A LA LLI MONA AMB PATATES LAMINADES<br>FRUITA DE TEMPORADA         | 10<br>ARRÒS 3 DELÍCIES<br>SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE<br>I OGURT   |
| 13<br>LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES<br>TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA    | 14<br>MENESTRA DE VERDURES<br>SALSITXES DE PORC AMB SALSINA DE TOMÀQUET I ARRÒS INTEGRAL<br>PRÉSSEC EN EL SEU SUC | 15<br>SOPA D'AU AMB FIDEUS<br>VEDELLA ESTOFADA AMB VERDURETES I PATATES<br>FRUITA DE TEMPORADA                     | 16<br>ARRÒS AMB VERDURES TENDRES<br>PEIX FRESC DE TEMPORADA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE<br>I OGURT | 17<br>PATATES ESTOFADES AMB CIGRONS<br>PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| 20<br>ARRÒS A LA NAPOLITANA<br>CROQUETES DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA              | 21<br>MACARRONS A LA CARBONARA<br>BACALLÀ AL FORN AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA DE TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA | 22<br>MONGETA VERDA SALTADA AMB PERNIL DOLÇ<br>POLLASTRE ROSTIT AMB BONIATO<br>I OGURT                             | 23<br>CIGRONS SALTATS AMB ESPINACS<br>HAMBURGUESA MIXTA AMB XAMPINYONS SALTATS<br>FRUITA DE TEMPORADA  | 24<br>CREMA DE VERDURES<br>TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAMS<br>FRUITA DE TEMPORADA   |
| 27<br>ESPIRALS AMB SALSINA DE CARBASSA<br>FILET DE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | 28<br>SOPA MINISTRONE<br>TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA                  | 29<br>ARRÒS DE MUNTANYA<br>CAP DE LLOM A LA PLANXA AMB SAMFAINA<br>PERA EN EL SEU SUC                              | 30<br>AMANIDA DE PATATA, BLAT DE MORO I TONYINA<br>MANDONGUILLES MIXTES A LA JARDINERA<br>I OGURT      | 31<br>MONGETES BLANQUES ESTOFADES<br>POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE<br>FRUITA DE TEMPORADA                  |

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge  
El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISa han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT

PEIX FRESC 1 COP AL MES

350 - 400 Kcal  
300 - 350 Kcal  
250 - 300 Kcal

