OCTUBRE 2026 - MENÚ SENSE LLEGUMS NI FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	NOU REIAL DECRET 315/2025
			1 AMANIDA RUSSA S/ PÈSOLS --- PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT --- FRUITA DE TEMPORADA	2 TRICOLOR DE VERDURES --- LLOM DE PORC AL FORN AMB ARRÒS INTEGRAL --- FRUITA DE TEMPORADA	El nou **Reial Decret 315/2025** és una **normativa d'àmbit estatal** que estableix nous criteris per a l'**elaboració dels menús escolars** amb l'objectiu de promoure una **alimentació saludable, equilibrada i sostenible.** Amb l'aplicació d'aquesta normativa, a partir d'aquest curs, s'introduïran diverses **modificacions en la planificació dels menús,** entre les que destaquen l'**increment del consum de llegums (2-3 per setmana), de productes integrals i eliminació de postres ensucrats.**
5 PATATA BULLIDA AMB TONYINA I OLIVES AMB RAIG D'OLI --- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE --- FRUITA DE TEMPORADA	6 FIDEUS D'ARRÒS A LA NAPOLITANA --- LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA --- FRUITA DE TEMPORADA	7 SOPA D'ARRÒS --- POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET --- FRUITA DE TEMPORADA	8 MONGETA VERDA I PATATA SALTADA AMB PERNIL --- ESTOFAT DE PORC AMB VERDURES --- IOGURT NATURAL S/SUCRE	9 CREMA DE CARBASSA I BONIATO --- PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES --- FRUITA DE TEMPORADA	
12 **FESTIU**	13 WOK D'ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES --- SALMÓ A LA PLANXA A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO --- FRUITA DE TEMPORADA	14 CREMA DE CARBASSÓ --- LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB PATATA AL FORN --- FRUITA DE TEMPORADA	15 FIDEUS D'ARRÒS AMB SALSA DE XAMPINYONS --- ESTOFAT DE GALL D'INDI AMB VERDURES --- IOGURT NATURAL S/ SUCRE	16 ESPINACS SALTATS A L'ALLET --- TRUITA DE CARBASSÓ AMB TOMÀQUET AMANIT --- FRUITA DE TEMPORADA	
19 COLIFLOR AMB PATATA --- LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB ARRÒS --- FRUITA DE TEMPORADA	20 FIDEUS D'ARRÒS A LA NAPOLITANA --- LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE --- IOGURT NATURAL S/ SUCRE	21 ARRÒS 3 DELÍCIES S/ PÈSOLS --- POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO --- FRUITA DE TEMPORADA	22 CREMA DE VERDURES S/ CIGRONS --- TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA --- FRUITA DE TEMPORADA	23 ARRÒS SALTAT AMB BLEDES --- TONYINA A LA PLANXA AMB SALSA DE TOMÀQUET --- FRUITA DE TEMPORADA	
26 PATATA BULLIDA AMB RAIG D'OLI --- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES --- FRUITA DE TEMPORADA	27 BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS --- LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES AL FORN --- FRUITA DE TEMPORADA	28 CREMA DE PASTANAGA --- PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB XAMPINYONS SALTATS --- FRUITA DE TEMPORADA	29 ARRÒS INTEGRAL DE VERDURES S/ PÈSOLS --- GALLINETA AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO --- FRUITA DE TEMPORADA	30 **FIDEUS D'ARRÒS AMB SALSA DIABÒLICA** --- **CUIXETES DE POLLASTRE SAGNANTS AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAMS** --- **IOGURT NATURAL S/SUCRE**	

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 CARNS DE PROXIMITAT