

# Menú escola Margalló

## GENER menú de règim

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
La poma dels menús serà ecològica.			1 ANY NOU	2 VACANCES
5 VACANCES	6 REIS	7 VACANCES	8 Pasta bullida Bacallà a la planxa Poma o plàtan	9 Patata amb pastanaga Bistec a la planxa Poma o plàtan
12 Arròs blanc amb pastanaga Lluç a la planxa Poma o plàtan	13 Patata amb pastanaga Truita a la francesa Poma o plàtan	14 Arròs blanc amb pastanaga Pollastre a la planxa Poma o plàtan	15 Pasta bullida Bistec a la planxa logurt natural	16 Patata amb pastanaga Llom a la planxa Poma o plàtan
19 Pasta bullida Bacallà a la planxa Poma o plàtan	20 Arròs blanc amb pastanaga Lluç a la planxa logurt natural	21 Patata amb pastanaga Bistec a la planxa Poma o plàtan	22 Arròs blanc amb pastanaga Llom a la planxa Poma o plàtan	23 Sopa lleugera Bacallà a la planxa Poma o plàtan
26 Patata amb pastanaga Bistec a la planxa Poma o plàtan	27 Sopa lleugera Llom a la planxa Poma o plàtan	28 Pasta bullida Truita a la francesa logurt natural	29 Arròs blanc amb pastanaga Lluç a la planxa Poma o plàtan	30 Pasta bullida Pollastre a la planxa Poma o plàtan

# Menú escola Margalló

## GENER menú no gluten

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
La poma dels menús serà ecològica.	Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.		1 ANY NOU	2 VACANCES
5 VACANCES	6 REIS	7 VACANCES	8 Espaguetis sense gluten amb salsa de tomàquet Lluç a la planxa amb guarnició de pastanaga Pinya en el seu suc	9 Bròquil amb patata Hamburguesa de vedella sense gluten i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
12 Arròs a la cassola (salsitxes sense gluten) Lluç al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	13 Patates gratinades Truita de pernil sense gluten i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	14 Cigrons guisats amb verdures Pollastre al forn i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	15 Espirals sense gluten a la carbonara (bacon sense gluten) Vedella guisada amb verdures logurt natural	16 Crema de verdures i patata Carn magra de porc amb salsa de poma Fruita del temps
19 Macarrons sense gluten a la bolonyesa (carn picada sense gluten) Bacallà al pebre vermell i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	20 Amanida completa amb tonyina Llenties guisades amb arròs Crema catalana sense gluten	21 Mongeta tendra i patata Escalopa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	22 Arròs amb calamars Salsitxes de porc sense gluten i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	23 Sopa de brou amb pasta sense gluten Tonyina al forn amb tomàquet i guarnició de patates xips Fruita del temps
26 Trinxat de col i patata (bacon sense gluten) Vedella a la jardinera Fruita del temps	27 Sopa de peix i arròs Rodó de porc amb salsa de verdures Fruita del temps	28 Mongetes blanques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural	29 Arròs tres delícies (pernil sense gluten) Fogonero a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	30 Canelons sense gluten Pollastre guisat amb verdures Fruita del temps

# Menú escola Margalló

## GENER menú no ou

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es fa servir pasta de blat de moro o d'arròs que no conté ou. NO es fa servir formatge ratllat, conté traces d'ou.	Arrebossats sense ou, enfarinats amb farina de blat de moro.	Arròs de producció ecològica. La poma dels menús serà ecològica.	1 ANY NOU	2 VACANCES
5 VACANCES	6 REIS	7 VACANCES	8 Espaguetis amb salsa de tomàquet Lluç a la planxa amb guarnició de pastanaga Pinya en el seu suc	9 Bròquil amb patata Hamburguesa de vedella sense ou i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
12 Arròs a la cassola Lluç al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	13 Patates amb beixamel Llom a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	14 Cigrons guisats amb verdures Pollastre al forn i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	15 Espirals a la carbonara sense ou Daus de vedella a l'orenga logurt natural	16 Crema de verdures i patata (sense formatge) Carn magra de porc amb salsa de poma Fruita del temps
19 Macarrons a la bolonyesa Bacallà al pebre vermell i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	20 Amanida completa amb tonyina Llenties guisades amb arròs logurt natural	21 Mongeta tendra i patata Escalopa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	22 Arròs amb calamars Salsitxes de porc sense ou i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	23 Sopa de brou amb pasta Tonyina al forn amb tomàquet i guarnició de patates xips Fruita del temps
26 Trinxat de col i patata Vedella a la jardinera Fruita del temps	27 Sopa de peix i arròs Rodó de porc amb salsa de verdures Fruita del temps	28 Mongetes blanques guisades Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural	29 Arròs tres delícies (sense truita) Fogoner a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	30 Macarrons amb salsa de tomàquet Pollastre guisat amb verdures Fruita del temps

# Menú escola Margalló

## GENER menú no PLV/lactosa

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arrebossats enfarinats amb farina de blat de moro. NO es fa servir pa ratllat, pot contenir traces.	Pasta i arròs de producció ecològica. La poma dels menús serà ecològica.		1 ANY NOU	2 VACANCES
5 VACANCES	6 REIS	7 VACANCES	8 Espaguetis amb salsa de tomàquet Lluç a la planxa amb guarnició de pastanaga Pinya en el seu suc	9 Bròquil amb patata Bistec de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
12 Arròs a la cassola (sense salsitxa) Lluç al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	13 Patates verdes Truita francesa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	14 Cigrons guisats amb verdures Pollastre al forn i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	15 Espirals a les fines herbes Daus de vedella a l'orenga logurt de soja	16 Crema de verdures i patata (sense llet ni formatge) Carn magra de porc amb salsa de poma Fruita del temps
19 Macarrons amb salsa de tomàquet Bacallà al pebre vermell i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	20 Amanida completa amb tonyina Llenties guisades amb arròs logurt de soja	21 Mongeta tendra i patata Escalopa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	22 Arròs amb calamars Llom de porc i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	23 Sopa de brou amb pasta Tonyina al forn amb tomàquet i guarnició de patates xips Fruita del temps
26 Trinxat de col i patata (sense bacon) Vedella a la jardinera Fruita del temps	27 Sopa de peix i arròs Rodó de porc amb salsa de verdures Fruita del temps	28 Mongetes blanques guisades Truita francesa i amanida d'enciam i blat de moro logurt de soja	29 Arròs tres delícies (sense pernil) Fogoner a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	30 Macarrons amb salsa de tomàquet Pollastre guisat amb verdures Fruita del temps

# Menú escola Margalló

## GENER menú no fruits secs

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
La poma dels menús serà ecològica.			1 ANY NOU	2 VACANCES
5 VACANCES	6 REIS	7 VACANCES	8 Espaguetis amb salsa de tomàquet Lluç a la planxa amb guarnició de pastanaga Pinya en el seu suc	9 Bròquil amb patata Hamburguesa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
12 Arròs a la cassola Lluç al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	13 Patates gratinades Truita de pernil i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	14 Cigrons guisats amb verdures Pollastre al forn i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	15 Espirals a la carbonara Vedella guisada amb verdures logurt natural	16 Crema de verdures i patata Carn magra de porc amb salsa de poma Fruita del temps
19 Macarrons a la bolonyesa Bacallà al pebre vermell i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	20 Amanida completa amb tonyina Llenties guisades amb arròs Crema catalana sense fruits secs	21 Mongeta tendre i patata Escalopa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	22 Arròs amb calamars Salsitxes de porc i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	23 Sopa de brou amb past Tonyina al forn amb tomàquet i guarnició de patates xips Fruita del temps
26 Tinxat de col i patata Vedella a la jardinera Fruita del temps	27 Sopa de peix i arròs Rodó de porc amb salsa de verdures Fruita del temps	28 Mongetes blanques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural	29 Arròs tres delícies Fogonero a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	30 Macarrons amb salsa de tomàquet Pollastre guisat amb verdures Fruita del temps

# Menú escola Margalló

## GENER menú no porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
La poma dels menús serà ecològica.			1 ANY NOU	2 VACANCES
5 VACANCES	6 REIS	7 VACANCES	8 Espaguetis amb salsa de tomàquet Calamars a la romana amb guarnició de pastanaga Pinya en el seu suc	9 Bròquil amb patata Hamburguesa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
12 Arròs a la cassola amb pollastre Lluç al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	13 Patates gratinades Truita francesa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	14 Cigrons guisats amb verdures Pollastre al forn i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	15 Espirals a la carbonara (sense bacon) Vedella guisada amb verdures logurt natural	16 Crema de verdures i patata Gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps
19 Macarrons a la napolitana Bacallà al pebre vermell i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	20 Amanida completa amb tonyina Llenties guisades amb arròs Crema catalana	21 Mongeta tendre i patata Escalopa de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	22 Arròs amb calamars Salsitxes de pollastre i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	23 Sopa de brou amb past Tonyina al forn amb tomàquet i guarnició de patates xips Fruita del temps
26 Trinxat de col i patata (sense bacon) Vedella a la jardinera Fruita del temps	27 Sopa de peix i arròs Pollastre amb salsa de verdures Fruita del temps	28 Mongetes blanques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural	29 Arròs tres delícies (sense pernil) Fogonero a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	30 Macarrons amb salsa de tomàquet Pollastre guisat amb verdures Fruita del temps

# Menú escola Margalló

## GENER menú no carn

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
La poma dels menús serà ecològica.			1 ANY NOU	2 VACANCES
5 VACANCES	6 REIS	7 VACANCES	8 Espaguetis amb salsa de tomàquet Calamars a la romana amb guarnició de pastanaga Pinya en el seu suc	9 Bròquil amb patata Lluç a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
12 Arròs amb verdures Lluç al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	13 Patates gratinades Truita francesa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	14 Cigrons guisats amb verdures Fogonero al forn i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	15 Espirals a la carbonara (sense bacon) Truita de verdures logurt natural	16 Crema de verdures i patata Lluç al forn amb salsa verda i tomàquet al forn Fruita del temps
19 Macarrons a la napolitana Bacallà al pebre vermell i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	20 Amanida completa amb tonyina Llenties guisades amb arròs Crema catalana	21 Mongeta tendre i patata Lluç arrebossat i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	22 Arròs amb calamars Truita a les fines herbes i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	23 Sopa de brou vegetal amb pasta Tonyina al forn amb tomàquet i guarnició de patates xips Fruita del temps
26 Tinxat de col i patata (sense bacon) Truita de verdures Fruita del temps	27 Sopa de peix i arròs Rap al forn amb salsa de verdures Fruita del temps	28 Mongetes blanques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural	29 Arròs tres delícies (sense pernil) Fogonero a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	30 Macarrons gratinats Lluç al forn amb verduretes Fruita del temps

# Menú escola Margalló

## GENER menú hipocalòric

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pasta i arròs de producció ecològica.	La poma dels menús serà ecològica.		1 ANY NOU	2 VACANCES
5 VACANCES	6 REIS	7 VACANCES	8 Espaguetis a les fines herbes Calamars a la romana amb guarnició de pastanaga Pinya en el seu suc	9 Bròquil amb patata Bistec de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
12 Arròs amb verdures Lluç al forn amb salsa verda i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	13 Patates verdes Truita de pernil i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	14 Cigrons guisats amb verdures Pollastre al forn i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	15 Espirals amb salsa de tomàquet Bistec de vedella i tomàquet amanit amb orenga logurt desnatat	16 Crema de verdures i patata Carn magra de porc a la planxa i tomàquet al forn Fruita del temps
19 Macarrons a la bolonyesa amb salsa de tomàquet casolana Bacallà al pebre vermell i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	20 Amanida completa amb tonyina Llenties guisades amb arròs logurt desnatat	21 Mongeta tendra i patata Bistec de vedella i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	22 Arròs amb calamars Llom de porc i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	23 Sopa de brou amb pasta Tonyina al forn amb tomàquet i guarnició de patates xips Fruita del temps
26 Trinxat de col i patata (sense bacon) Bistec de vedella i guarnició de minestra Fruita del temps	27 Sopa de peix i arròs Llom de porc a la planxa i tomàquet al forn Fruita del temps	28 Mongetes blanques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i blat de moro logurt desnatat	29 Arròs tres delícies Fogoner a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	30 Patates verdes Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i olives Fruita del temps