NOVEMBRE | COL·LEGI XALOC

XALOC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Festin **2**	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P CROQUETES DE CARN D'OLLA (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6) GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA (T5, T8, T9) PO IOGURT (7) **3**	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES (12) 2P POLLASTRE AL FORN GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA PO FRUITA DE TEMPORADA **4**	1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES (1, 7, T3, T6, T10) 2P TRUITA DE PATATES (3, 12) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO (T9) PO FRUITA DE TEMPORADA **5**	1P CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS (12, T9) 2P CALAMARS A L'ANDALUSA CASOLANS AMB MAIONESA DE CÍTRICS (1, 3, 14) GU ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT PO FRUITA DE TEMPORADA **6**
1P MACARRONS integrals AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (1, T6, T9, T10) 2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) (4, T2, T14) AMB PÈSOLS PO FRUITA DE TEMPORADA **9**	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) (T9) 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES (3) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA **10**	1P CREMA DE VERDURES (bròquil, ceba i patata) (12) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) (1, 7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) **11**	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR (12) 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3, 10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET (T9) PO FRUITA DE TEMPORADA **12**	1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL·LITZADA (1, T6, T9, T10) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DE TEMPORADA **13**
1P MINESTRA DE VERDURES AL VAPOR 2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, T1, T6, T8, T9, T10, T11) PO FRUITA DE TEMPORADA **16**	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) (12, T9) 2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, (1, 6) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA (T9) PO FRUITA DE TEMPORADA **17**	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (sofregit de ceba, pastanaga, pebrot vermell i tomàquet) (T1, T9) 2P TRUITA DE PERNIL (3) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DE TEMPORADA **18**	1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS (T9) 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB LLAVORS DE GIRASOL (T5, T8) PO IOGURT (7) **19**	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS INTEGRALS (1, 3, 9, 12, T6, T10) 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (12) GU DAUS DE PATATES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT (12) PO FRUITA DE TEMPORADA **20**
1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P MAIRES ENFARINADES (1, 4) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO (T9) PO FRUITA DE TEMPORADA **23**	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) (12, T9) 2P TRUITA DE PATATES (3, 12) GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DE TEMPORADA **24**	1P CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) (12) 2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DE TEMPORADA **25**	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR (12) 2P DAUS DE LLOM ESTOFATS (1, 9, 12, T9) GU PASTANAGA BABY PO FRUITA DE TEMPORADA **26**	1P ESPIRALS SALTEJATS AMB VERDURETES (1, 6, T9, T10) 2P POLLASTRE AMB SALSA TERIYAKI (1, 6) GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL PO NATILLES (3, 7) JORNADA ASIA **27**
1P BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL (1, 7, 12, T3, T5, T8, T11) 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET (6, 12, T9) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO FRUITA DE TEMPORADA **30**				

IOGURT NATURAL I SENSE SUCRE

PA INTEGRAL

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

SANED · SCHOOL GASTRONOMY ·

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)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108830489



QUÈ MENGEM PER SOPAR?

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

1R

Hummus casolà de cigró amb bastonets d'hortalisses
Macarrons integrals saltejats amb bròquil i bolets
Crema de carbassa i porro
Sopa de peix amb arròs
Amanida d'escarola, magrana, poma i nous

2N

Pastís de patata, vedella i verdures
Calamars a l'andalusa casolans
Pollastre a la planxa amb salsa de poma
Truita de patates i espinacs
Hamburguesa casolana de mongetes blanques i pastanaga

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

PRODUCTE DE TEMPORADA



Al novembre arriben el fred i les pluges, el camp canvia de color i ens ofereix aliments de temporada. És temps de sabors i emocions de tardor!