

**Menú BASAL**

**Octubre 2020**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5

Risotto de bolets  
Llibrets arrebossats  
amb amanida  
logurt

6

Patata i verdura  
de temporada  
Pasta fagioli  
Fruita

7

Llenties estofades  
amb arròs  
Daus de gall d'indi  
rostits  
Fruita

1

Crema de bròquil  
amb allets  
Daus de vedella  
amb pèsols  
Fruita de

2

Espirals de colors  
amb salsa pesto  
Rap al forn amb ceba i  
tomàquet i amanida  
Fruita

12

FESTIU

13

Trinxat de col i patata  
¼ de pollastre amb  
salsa de ceba i  
ametlles  
logurt

14

Espaguetis integrals  
amb ceba i tomàquet  
Rodanxa de lluç amb  
pastanaga i amanida  
Fruita

15

Arròs amb ceba i  
bolets  
Trita de carbassó  
amb amanida Fruita

16

Crema de coliflor  
amb patata i ceba  
Cigrons amb  
espinacs  
Fruita

19

Macarrons amb salsa  
de xampinyó  
Salsitxes rostides al  
forn amb ceba i  
tomàquet  
logurt

20

Sopa de verdures  
amb pistons  
Lluç al forn tomàquet  
i ceba amanida  
Fruita

21

Paella amb  
calamars  
Trita a la francesa  
amb amanida  
Fruita

22

Cigrons amb ceba i  
carbassa  
Pollastre arrebossat  
amb amanida  
Fruita

23

Crema de bròquil  
amb allets  
Llenties  
amb arròs  
Fruita

26

Pastís de verdures  
Conill al forn amb  
pastanaga  
Fruita

27

Amanida de brots de  
colors amb remolatxa  
Cigrons estofats amb  
ceba i tomàquet  
logurt

28

Fideus a la cassola  
amb salsitxes  
Lluç al forn amb salsa  
de julivert i amanida  
Fruita

29

Arròs tres delícies  
Pollastre al forn amb  
amanida  
Fruita

30

Minestra de  
verdures  
Bacallà amb  
samfaina  
Fruita

**Coordinació del servei:**

**Tere** (cursos d'Infantil): **665 981 016** (9 a 9.45h)

**Conxi** (cursos de Primària): **651 636 840** (9 a 10h)

**Administració** (inscripcions, rebuts o devolucions):

**93 357 35 19 / 651 181 244** (Mònica / de 10 a 16h)

**menjadors@viudinamic.org**

Tenim a la disposició dels consumidors/es i de l'autoritat sanitària el llistat dels al·lèrgens dels plats d'aquest menú mensual. En cas necessari recordeu informar i omplir el document de sol·licitud d'al·lèrgies i intoleràncies (el podeu sol·licitar a menjadors@viudinamic.org).

si dinem...	podem sopar...
Llegums o fècules	Verdures cuites hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita



**Menú HALAL**

**Octubre 2020**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1  
Crema de bròquil  
amb allets  
Daus de vedella  
amb pèsols  
Fruita

2  
Espirals de colors amb  
salsa pesto  
Rap al forn amb ceba i  
tomàquet i amanida  
Fruita

5  
Risoto de bolets  
Salmó al forn  
logurt

6  
Patata i verdura de  
temporada  
Pasta fagioli  
Fruita

7  
Llenties estofades  
amb arròs  
Daus de gall d'indi  
rostit  
Fruita

8  
Macarrons amb  
samfaina  
Lluç arrebossat amb  
amanida  
Fruita

9  
Escudella i galets  
amb verdures  
Pollastre rostit  
Fruita

12  
FESTIU

13  
Trinxat de col i patata  
Pollastre rostit  
logurt

14  
Espaguetis  
amb ceba i tomàquet  
Rodanxa de lluç amb  
pastanaga i amanida  
Fruita

15  
Arròs amb ceba i  
bolets  
Trita de carbassó  
amb amanida  
Fruita

16  
Crema de coliflor  
amb patata i ceba  
Cigrons amb espinacs  
Fruita

19  
Macarrons  
amb salsa de xampinyó  
Gall d'indi rostit  
Fruita

20  
Sopa de verdures  
amb pistons  
Lluç al forn amb  
tomàquet, ceba i  
amanida  
Fruita

21  
Paella amb calamars  
Trita a la francesa  
amb amanida  
Fruita

22  
Cigrons amb ceba i  
carbassa  
Rap al forn amb  
tomàquet i ceba  
Fruita

23  
Crema de bròquil  
amb allets  
Llenties amb arròs  
Fruita

26  
Pastís de verdures  
Conill al forn amb  
pastanaga  
Fruita

27  
Amanida de brots de  
colors amb remolatxa  
Cigrons estofats amb  
ceba i tomàquet  
logurt

28  
Fideus a la cassola  
amb verdures  
Lluç al forn amb salsa  
de julivert i amanida  
Fruita

29  
Arròs tres delícies  
Pollastre al forn  
Fruita

30  
Minestra de verdures  
Bacallà amb  
samfaina  
Fruita

**Coordinació del servei:**

**Tere** (cursos d'Infantil): 665 981 016 (9 a 9.45h)

**Conxi** (cursos de Primària): 651 636 840 (9 a 10h)

**Administració** (inscripcions, rebuts o devolucions):

93 357 35 19 / 651 181 244 (Mònica / de 10 a 16h)

[menjadors@viudinamic.org](mailto:menjadors@viudinamic.org)

Tenim a la disposició dels consumidors/es i de l'autoritat sanitària el llistat dels al·lèrgens dels plats d'aquest menú mensual. En cas necessari recordeu informar i omplir el document de sol·licitud d'al·lèrgies i intoleràncies (el podeu sol·licitar a [menjadors@viudinamic.org](mailto:menjadors@viudinamic.org)).

si dinem...	podem sopar...
Llegums o fècules	Verdures cuites hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

