


# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense carn

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Truita de tonyina	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou vegetal i pasta	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat 
Segon plat	Lluç empanat	Mandonguilles de lluç guisades	Filet de gallineta al forn	Truita de carbassó	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Calamars a la romana	Truita francesa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verduretes)	Cigrons guisats (sofregit de verduretes)
Segon plat	Truita de patates	LLuç a la planxa	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Croquetes de bacallà
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Truita francesa		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren


\*\* Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense porc

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Filet de pollastre a la planxa	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8 - DIJOURS LLARER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou vegetal i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de pollastre	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Filet de nero al forn
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes d'au a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva


L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018



## Dieta al·lèrgia al peix

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Pollastre arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (in situ)	Mandonguilles de vedella guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Gall d'indi a la planxa
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb ceba	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Filet de pollastre a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre (in situ)	Rostit de vedella	Llom a la planxa	Truita de patata	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bistec de gall dindi al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense vedella

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou vegetal i pasta	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verduretes)	Cigrons guisats (sofregit de verduretes)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Guisat de gall d'indi	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL-LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta intolerància a la lactosa

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8 - DIJOURS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis saltejats amb verdures (pebrot, albergínia, xampinyons)
Segon plat	Llom arrebossat (in situ)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat in situ	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verduretes)	Cigrons guisats (sofregit de verduretes)
Segon plat	Escalopa de pollastre (in situ)	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018



## Dieta al·lèrgia PLV

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou vegetal i pasta	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis saltejats amb verdures (pebrot, albergínia, xampinyons)
Segon plat	Escalopa de porc (in situ)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Computa de poma

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (in situ)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Computa de poma

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verduretes)	Cigrons guisats (sofregit de verduretes)
Segon plat	Escalopa de pollastre (in situ)	Guisat de gall dindi	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Computa de poma	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta intolerància al gluten

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (ou, farina blat moro)
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta S/G	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis S/G amb salsa beixamel (farina de blat de moro) i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (farina de blat de moro)	Fingers de peix	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons S/G amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus S/G a la cassola (verduretes)	Cigrons guisats (sofregit de verduretes)
Segon plat	Escalopa de pollastre (farina de blat de moro)	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verduretes de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren


\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta al·lèrgia a l'ou

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (s/ou)
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8 - DIJOURS LLARER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta s/ou	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis s/ou amb salsa beixada formatge ratllat 
Segon plat	Escalopa de porc (s/ou)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Bistec d'au a la planxa	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons s/ou amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Bistec de pollastre al forn	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus s/ou a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre (s/ou)	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Lluç a la planxa	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Llom a la planxa	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuiinat i amanit amb oli d'oliva


L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta al·lèrgia als fruits secs

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam i cogombre	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat 
Segon plat	Escalopa de porc (in situ)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Calamars estofats amb
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam i cogombre	Enciam, tomàquet i olives	Pèsols i ceba
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuiinat i amanit amb oli d'oliva


L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018



## Dieta hipocalòrica

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam i cogombre	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Puré de carbassó	Mongeta tendra i patata 
Segon plat	Llom a la planxa	Lluç a la planxa	Pollastre al forn	Truita francesa	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Amanida	Enciam i soja	Enciam i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic desnatat

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Puré de pastanaga i carbassa	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Puré de carbassa i pastanaga
Segon plat		Pit de pollastre a la planxa	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi a la planxa	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam i cogombre	Enciam i tomàquet	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic desnatat

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Puré de verdures de temporada
Segon plat	Pit de pollastre a la planxa	Bistec de vedella a la planxa	Salmó a la planxa	Lluç a la planxa	Llom a la planxa
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam i tomàquet	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic desnatat	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Mongeta tendra i patata	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Filet de gall dindi a la planxa	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam i pastanaga	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren


\*\* Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense soja, síndria, meló, kiwi i fruits secs

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam i cogombre	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (in situ)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam i olives	Enciam i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (in situ)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam i cogombre	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre (in situ)	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Filet de gall dindi a la planxa
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam i blat de moro	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense lactosa, prèsec ni alpiste

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis saltejats amb verdures (pebrot, albergínia, xampinyons)
Segon plat	Escalopa de porc (in situ)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (in situ)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre (in situ)	Guisat de gall dindi	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xampinyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL-LEGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

Dieta sense fruits secs, peix, marisc, llegums, préssec, plàtan, meló

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Pollastre arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam , cogombre	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Patates estofades ( <i>sofregit verduretes</i> )	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (in situ)	Mandonguilles de vedella guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Gall d'indi a la planxa
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb ceba al forn	Enciam i olives	Enciam i pastanaga	Amanida
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Arròs amb verduretes
Segon plat		Truita de patata i ceba	Filet de pollastre a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (in situ, s/ou)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam i cogombre	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verduretes)	Crema de carbassó
Segon plat	Escalopa de pollastre (in situ)	Rostit de vedella	Llom a la planxa	Truita de patata	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam i blat de moro	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Bròquil gratinat	Arròs amb xampinyons	Patates estofades ( <i>sofregit verduretes</i> )		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bistec de gall d'indi al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·L·ERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta baixa en FOODMAPS, lactosa i fructosa



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Kiwi	Mandarina

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8 - DIJOURS LLARER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta (S/G)	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis (S/G) amb salsa beixa, formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (farina de blat de moro)	Llom a la planxa	Pollastre rostit	Truita a la francesa	Calamars guisats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i pipes	Enciam, pipes i pastanaga	Amanida
Postres	Plàtan	logurt natural i s/lactosa	Mandarina	Kiwi	logurt natural i s/lactosa

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons (S/G) amb salsa de tomàquet casolà	Verdura tres colors (bledes, patata i pastanaga)	Arròs amb espinacs
Segon plat		Truita de patata	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Kiwi	logurt natural i s/lactosa	Mandarina	logurt natural i s/lactosa

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus (S/G) a la cassola (verdures de pastanaga, patata, mongeta tendra)	Crema de patata amb crostonets de pa (S/G)
Segon plat	Escalopa de pollastre (farina de blat de moro)	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro	Enciam, tomàquet i olives	Pastanaga, tomàquet, enciam i blat de moro)
Postres	Mandarina	Kiwi	logurt natural i s/lactosa	Plàtan	Mandarina

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades amb patata		
Segon plat	Truita de patata	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Plàtan	Kiwi	Mandarina		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

\*\* Cuiat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta Hipercalòrica



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Verdures fregides	Enciam i olives
Postres				Làctic (llet sencera)	Làctic (llet sencera)

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata amb oli d'oliva	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars guisats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Verdures fregides	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Làctic (llet sencera)	Làctic (llet sencera)	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga) amb oli d'oliva	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Verdures fregides	Enciam, cogombre i pipes	Tomàquet fregit	Xips
Postres		Làctic (llet sencera)	Làctic (llet sencera)	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata amb oli d'oliva	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Verdures fregides	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)	Làctic (llet sencera)	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Tomàquet fregit	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Làctic (llet sencera)	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL-LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva


L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense marisc, calamars ni sípia



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (in situ)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Salmó al forn
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Lenties guisades (sofregit verduretes)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verduretes)	Cigrons guisats (sofregit de verduretes)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÉRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense llegums ni ou

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta)	Sopa de brou i fideus (s/ou)
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (s/ou)
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta s/ou	Patates estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis s/ou amb salsa be. formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (in situ, s/ou)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Bistec d'au a la planxa	Calamars amb ceba (s/pèsols)
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam i olives	Enciam, pipes i pastanaga	Amanida
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons s/ou amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Arròs amb verduretes
Segon plat		Bistec de pollastre al forn	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (in situ, s/ou)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta (s/ou)	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus s/ou a la cassola (verduretes)	Crema de carbassó
Segon plat	Escalopa de pollastre (in situ, s/ou)	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Lluç a la planxa	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam i blat de moro	Enciam, tomàquet i olives	Verduretes de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Bròquil gratinat	Arròs amb xampinyons	Patates estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Llom a la planxa	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren


\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense vedella ni fruita

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				logurt natural	logurt natural

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat 
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit	Truita de carbassó	Calamars guisats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Guisat de gall dindi	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	logurt natural	logurt natural	logurt natural		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuitat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018



## Dieta sense gluten ni PLV

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus s/gluten
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou vegetal i pasta S/G	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis S/G saltejats amb verdures (pebrot, xampinyons)
Segon plat	Escalopa de porc (farina de blat de moro)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons S/G ni ou amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus S/G a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre (farina de blat de moro)	Guisat de gall dindi	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xampinyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral). D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.


\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva. L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018



## Dieta intolerància al gluten i la lactosa

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou vegetal i pasta S/G	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis S/G saltejats amb verdures (pebrot, albergínia, xampinyons)
Segon plat	Escalopa de porc (farina de blat de moro)	Mandonguilles casolanes mixtes	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars guisats amb
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons S/G ni ou amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus S/G a la cassola (verduretes)	Cigrons guisats (sofregit de verduretes)
Segon plat	Escalopa de pollastre (farina de blat de moro)	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verduretes de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL-LEGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018



## Dieta sense gluten ni ou

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta S/G	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis S/G amb salsa beixamel (farina de blat de moro) i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (farina de blat de moro i s/ou)	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Bistec d'au a la planxa	Calamars estofats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons S/G ni ou amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Bistec de pollastre al forn	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus S/G a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre (farina de blat de moro i s/ou)	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Lluç a la planxa	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs a xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Llom a la planxa	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren


\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense soja ni pollastre

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Lluç arrebossat (in situ)
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8 - DIJOURS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou vegetal i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguetis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc (in situ)	Mandonguilles de lluç guisades	gall d'indi rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Filet de gall dindi arrebossat (in situ)	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus (S/G) a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de vedella	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Pit de gall d'indi al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL-LEGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

Dieta sense crustacis, ni calamars, ni sípia



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Salmó al forn
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense crustacis

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva


L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.



# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense cigrons

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam, cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb salsa marinera	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verduretes	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verduretes)	Crema de llenties
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verduretes de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verduretes)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren


\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta sense fruits secs, marisc ni fruites rosàcees

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam , cogombre	Enciam i olives
Postres				Plàtan	Poma

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb ceba i pèsols	Enciam, olives i soja	Enciam i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Pera	Plàtan	Poma	Poma	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Pera	Plàtan	Poma	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Plàtan	Pera	Làctic	Pera	Poma

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Plàtan	Pera	Poma		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta lliure de pollastre i aus de corral

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Vedella rostida amb pinya	Truita de carbassó	Calamars estofats
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb ceba i pèsols	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Vedella arrebossada	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de vedella	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminyons	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Llom al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

# MENÚ ESCOLES TERRASSA FEBRER 2018

## Dieta diabètica

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat				Crema de verdures (pastanaga, patata, mongeta i pèsols)	Sopa de brou i fideus
Segon plat				Llom planxa en el seu suc	Rodanxa de lluç arrebossada
Guarnició				Enciam , cogombre i pipes	Enciam i olives
Postres				Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8 - DIJOUS LLARDER	DIVENDRES 9 
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Sopa de brou casolà i pasta	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Espaguettis amb salsa i formatge ratllat
Segon plat	Escalopa de porc	Mandonguilles de lluç guisades	Pollastre rostit amb pinya	Truita de carbassó	Salmó al forn
Guarnició	Enciam, cogombre i blat de moro	amb ceba i pèsols	Enciam, olives i soja	Enciam, pipes i pastanaga	Pèsols i ceba
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Sopa d'arròs integral amb juliana de verdures	Macarrons amb salsa napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)
Segon plat		Truita de patata i ceba	Lluç a la planxa	Cordon bleu de gall dindi	Llonça de porc planxa
Guarnició		Enciam, blat de moro i remolatxa	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, tomàquet i olives	Xips
Postres		Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Sopa de brou amb pasta	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Fideus a la cassola (verdures)	Cigrons guisats (sofregit de verdures)
Segon plat	Escalopa de pollastre	Rostit de vedella	Salmó a la planxa	Truita de tonyina	Salsitxes a la provençal (orenga)
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	amb xaminions	Enciam, blat de moro i soja	Enciam, tomàquet i olives	Verdures de temporada
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28		
Primer plat	Minestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, mongeta tendra)	Arròs amb xampinyons	Mongetes estofades (sofregit verdures)		
Segon plat	Truita de patata i ceba	Bacallà al forn	Bistec de pollastre al forn		
Guarnició	Enciam, pastanaga i cogombre	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, tomàquet i blat de moro		
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

\*\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa (opció integral).

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 20 d'Octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LERGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren

\*\* Cuiinat i amanit amb oli d'oliva

L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.