

MENÚ ESCOLES TERRASSA MARÇ 2018

Dieta sense carn



	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou vegetal amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Croquetes de bacallà
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Truita de patates	Filet de nero a la planxa	Hamburguesa de quinoa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguetis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Sopa de brou vegetal i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Lluç empanat	Filet de nero al forn	Filet de gallineta al forn	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb cela i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verdures	Crema de carbassó
Segon plat	Truita de carbassó	Hamburguesa de quinoa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Nero al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatxa	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

**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 MARÇ 2018

Dieta sense porc



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Croquetes de bacallà
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Hamburguesa de quinoa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Sopa de brou vegetal i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de pollastre	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	Amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verdures	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa vedella a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatxa	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

**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 MARÇ 2018

Dieta al·lèrgia al peix



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Vedella planxa	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Gall d'indi arrebossat	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguetis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Truita francesa	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de vedella guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	Amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verdures	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Bistec d'au a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatva	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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 MARÇ 2018

Dieta sense vedella



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou vegetal i pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de porc	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Sopa de brou vegetal i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretes	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Llom a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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 MARÇ 2018

Dieta intolerància a la lactosa



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Puré de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis saltejats amb verdures (pebrot, ceba, xampinyons)	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc (in situ)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	Amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretes	Puré de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat in situ	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatva	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	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 MARÇ 2018

Dieta al·lèrgia PLV



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou vegetal i pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Puré de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç arrebossat (ou i farina)	Bistec de pollastre planxa	Estofat de porc	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis saltejats amb verdures (pebrot, ceba, xampinyons)	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Sopa de brou vegetal i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc (in situ)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verdures	Puré de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (in situ)	Llom a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma	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 MARÇ 2018

Dieta intolerància al gluten



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons s/g amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta S/G
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'alls	Espirals s/g estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Fingers de lluç	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis S/G amb salsa beixamel (farina de blat de moro) i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Sopa de brou casolà i pasta S/G
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc (farina de blat de moro)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Daus de lluç guisats
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretes	Crema de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatxa	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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 MARÇ 2018

Dieta al·lèrgia a l'ou



	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons s/ou amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta s/ou
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Llom a la planxa	Fingers de peix	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis s/ou amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Sopa de brou casolà i pasta s/ou
Segon plat	Bistec d'au a la planxa	Escalopa de porc (s/ou)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	Amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verdures	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Bistec de pollastre al forn	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatya	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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 MARÇ 2018

Dieta al·lèrgia als fruits secs



	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'alls	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç arrebossat (ou i farina)	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam i olives	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam i pastanaga	Enciam, olives i soja	Amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verdures	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam i cogombre	Enciam, blat de moro i remolatxa	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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 MARÇ 2018

Dieta hipocalòrica



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Vedella planxa
Guarnició	Enciam i cogombre	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Puré de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç a la planxa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic desnatat	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Mongeta tendra i patata	Espinacs i patata	Puré de carbassó	Mongetes blanques bullides	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Filet de gall dindi a la planxa	Llom a la planxa	Filet de nero al forn	Pollastre al forn	Lluç a la planxa
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam i pastanaga	Enciam i soja	Amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic desnatat

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)	Macarrons amb oli i orenga	1/2 ració Sopa d'arròs amb juliana de verduretes	Puré de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi a la planxa	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Pit de pollastre a la planxa	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam i tomàquet	Enciam, soja i pastanaga	Enciam i cogombre	Enciam, blat de moro i	Tomàquet amanit
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic desnatat	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 MARÇ 2018

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



	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Finfers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç arrebossat (ou i farina)	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Èspaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc (in situ)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam i pastanaga	Enciam i olives	Amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verdures	Crema de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (in situ)	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam i pastanaga	Enciam i cogombre	Enciam, blat de moro i remolatya	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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 MARÇ 2018

Dieta sense lactosa, préssec ni alpiste



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Làctic	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Purè de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç arrebossat (farina i ou)	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguetis saltejats amb verdures (pebrot, albergínia, xampinyons)	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	Amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretes	Purè de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (in situ)	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatva	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	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 MARÇ 2018

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



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Vedella planxa	Llom a la planxa
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Làctic	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Patates amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Fingers de pollastre	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Patates estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Llom a la planxa	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de vedella guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam i pastanaga	Enciam i olives	amb ceba al forn
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Patates guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretetes	Crema de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (in situ, s/ou)	Hamburguesa mixta a la planxa	Bistec d'au a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam i pastanaga	Enciam i cogombre	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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

** Cuiat 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 MARÇ 2018
Dieta baixa en FOODMAPS, lactosa i fructosa



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons s/g amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta (S/G)
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Plàtan	Mandarina

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Arròs amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa (allargada)
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Mandarina	Plàtan	logurt natural i s/lactosa	maduixes	Kiwi

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis (S/G) amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà i pasta (S/G)
Segon plat	Truita a la francesa	Escalopa de porc (farina de blat de moro)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit	Llom a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i pipes	Enciam, pipes i pastanaga
Postres	Plàtan	Kiwi	maduixes	Mandarina	logurt natural i s/lactosa

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb (pastanaga, bledes i patata)	Crema de pastanaga i carbassa (allargada)
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro	Xips
Postres	Kiwi	Mandarina	maduixes	logurt natural i s/lactosa	Plàtan

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

** Cuiinat 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 MARÇ 2018

Dieta Hiper-calòrica



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Croquetes de rostit
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)	Làctic (llet sencera)	Làctic (llet sencera)

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata amb oli d'oliva	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam, pipes i pastanaga	Verduretetes fregides	Tomàquet fregit
Postres	Làctic (llet sencera)	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretetes	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Tomàquet fregit	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Verduretetes fregides	Xips
Postres	Làctic (llet sencera)	Fruita del temps	Làctic (llet sencera)	Làctic (llet sencera)	Fruita del temps

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

** Cuiinat 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 MARÇ 2018

Dieta sense marisc, calamars ni sípia



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Fingers de peix	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretetes	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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-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 MARÇ 2018

Dieta sense vedella ni fruita



	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	logurt natural	logurt natural

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de porc	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verdures)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	Amb ceba i pèsols
Postres	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verdures)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verdures	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Llom a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatxa	Xips
Postres	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural

**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·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 MARÇ 2018

Dieta sense gluten ni PLV



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons s/g amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta S/G
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals s/g estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Puré de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Fingers de peix	Bistec de pollastre planxa	Estofat de porc	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis S/G saltejats amb verdures (pebrot, ceba, xampinyons)	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Sopa de brou vegetal i pasta S/G
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc (farina de blat de moro)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Daus de lluç guisats
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)	Macarrons s/g napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs i juliana de verduretes	Puré de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Llom a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatya	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Compota de poma	Fruita del temps

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

** Cuiinat 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 MARÇ 2018

Dieta intolerància al gluten i la lactosa



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons s/g amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta S/G
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals s/g estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Purè de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç arrebossat (ou i farina)	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis S/G saltejats amb verdures (pebrot, albergínia, xampinyons)	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretes)	Sopa de brou casolà i pasta S/G
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc (farina de blat de moro)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Daus de lluç guisats
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretes)	Macarrons s/g napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretes	Purè de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatva	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt sense lactosa	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 MARÇ 2018

Dieta sense gluten ni ou



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta S/G
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Llom a la planxa	Fingers de peix	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis S/G amb salsa beixamel (farina de blat de moro) i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretets)	Sopa de brou casolà i pasta S/G
Segon plat	Bistec d'au a la planxa	Escalopa de porc (farina de blat de moro i s/ou)	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Daus de lluç guisats
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretets)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretets	Crema de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (farina de blat de moro)	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Bistec de pollastre al forn	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i remolatva	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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 MARÇ 2018

Dieta sense soja ni pollastre



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Vedella planxa
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Fingers de peix	Truita de patates	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou vegetal i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc (in situ)	Filet de nero al forn	gall d'indi rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (brócoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretetes	Crema de carbassó
Segon plat	Filet de gall dindi arrebossat (in situ, s/ou)	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Gall d'indi al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam i blat de moro	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

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

** Cuiinat 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 MARÇ 2018

Dieta sense crustacis, ni calamars, ni sípia



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Fingers de peix	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretetes	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps

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

** Cuiinat 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 MARÇ 2018

Dieta sense crustacis



	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç arrebossat (ou i farina)	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretetes	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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·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 MARÇ 2018

Dieta sense cigrons



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Croquetes de rostit
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Patates amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretetes	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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·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 MARÇ 2018

Dieta sense fruits secs, marisc ni fruites rosàcees



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Fingers de pollastre
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Làctic	Plàtan

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç arrebossat (ou i farina)	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Poma	Plàtan	Làctic	Poma	Plàtan

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretets)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Pera	Poma	Plàtan	Poma	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretets)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretets	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Pera	Poma	Plàtan	Làctic	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

** 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 MARÇ 2018

Dieta lliure de pollastre i aus de corral



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Vedella planxa
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Rodanxa de lluç a l'Andalusa	Llom a la planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretets)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Truita francesa	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretets)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretets	Crema de carbassó
Segon plat	Llom arrebossat	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Salmó al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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 MARÇ 2018

Dieta diabètica



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Vedella planxa
Guarnició	Enciam, cogombre i olives	Amanida variada
Postres	Làctic	Fruita del temps

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Cigrons amb espinacs	Crema de pastanaga i carbassa
Segon plat	Truita francesa	Lluç a la planxa	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb salsa beixamel i formatge ratllat	Mongeta tendra i patata	Arròs amb salsa de tomàquet casolà	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà i pasta
Segon plat	Truita de carbassó	Escalopa de porc	Filet de nero al forn	Pollastre rostit amb pinya	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	Enciam, pastanaga i tomàquet	Enciam, cogombre i blat de moro	Enciam, pipes i pastanaga	Enciam, olives i soja	amb ceba i pèsols
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Llenties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orenga)	Sopa d'arròs amb juliana de verduretetes	Crema de carbassó
Segon plat	Cordon bleu de gall dindi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata i ceba	Pollastre al forn
Guarnició	Enciam, tomàquet i olives	Enciam, soja i pastanaga	Enciam, cogombre i pipes	Enciam, blat de moro i	Xips
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	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·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 MARÇ 2018

Dieta sense fructosa, lactosa ni sorbitol



Cuidem l'aigua
jornada
22 de març



SETMANA SANTA (Del 26 Març al 2 Abril)

	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Primer plat	Macarrons amb tomàquet	Sopa de brou casolà (s/verdures) amb pasta
Segon plat	Filet de lluç al forn	Vedella planxa
Guarnició	torrades amb oli	Amanida variada
Postres	Préssec en almívar	logurt s/lactosa natural

	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Primer plat	Arròs amb carxofes i calamar	Trinxat de coliflor i patata amb oli d'all	Espirals estil italià (salsa tomàquet casolà)	Purè de Cigrons amb crostonets de pa	Purè de patata
Segon plat	Truita francesa	Lluç arrebossat (ou i farina)	Bistec de pollastre planxa	Estofat de vedella	Salsitxes a la planxa
Guarnició	Enciam i tomàquet amanit	Enciam, olives i pipes	Amanida variada	Xampinyons	Enciam i blat de moro
Postres	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural

	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Primer plat	Espaguettis amb oli i orènga	Arròs amb ou dur	Arròs amb lleties	Mongetes estofades (sofregit verduretetes)	Sopa de brou casolà (s/verdures) i pasta
Segon plat	Truita a la francesa	Escalopa de porc (in situ)	Filet de nero (fresc) al forn	Pollastre rostit al forn	Mandonguilles de lluç guisades
Guarnició	torrades amb oli	Patates bullides	Purè de patata	Patates a caliu	Amb hummus de cigró
Postres	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural

	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Primer plat	Verdura tres colors (bròcoli, patata i pastanaga)	Lleties guisades (sofregit verduretetes)	Macarrons napolitana (salsa de tomàquet i orènga)	Caldo de carn (fresc) amb arròs	Cigrons amb patates
Segon plat	Estofat de gall d'indi	Hamburguesa mixta a la planxa	Filet de lluç a la planxa	Truita de patata	Pollastre al forn
Guarnició	Purè de patata	Arròs amb oli i orènga	Patates fregides	Purè de patata	Patata al vapor
Postres	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa natural	logurt s/lactosa 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

** Cuinat i amanit amb oli d'oliva

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