



MENÚ SENSE LACTOSA OCTUBRE 2026 - AESA SERVEIS MIGDIA

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			Empedrat de mongeta blanca Peix blau s/m amb patata i ceba logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa	Espirals amb tomàquet casolà amb formatge s/lactosa o s/formatge Galtes al forn Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Macarrons integrals amb salsa de pesto amb formatge s/lactosa o s/formatge i pa s/lactosa o s/pa Truita francesa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Verdura tricolor al vapor Potatge de mongeta blanca Fruita ecològica de temporada	Arròs integral tres delícies Lluç amb salsa verda i patates Fruita ecològica de temporada	Lasanya de llenties (beixamel amb llet s/lactosa o vegetal) i gratinada amb formatge s/lactosa o s/gratinar o Llenties amb tomàquet Fingers de pollastre amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de llegums Fricandó de vedella logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
FESTIU	Arròs integral amb salsa de tomàquet casolà Remenat de formatge s/lactosa o s/formatge amb tomàquet i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa	Verdures de temporada gratinades al forn amb formatge/lactosa o s/gratinar Llenties estofades Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de fideus i cigrons Bacallà al forn amb llet de ceba Fruita ecològica de temporada	Espaguetis amb tomàquet casolà amb formatge s/lactosa o s/formatge Burger de vedella amb amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Crema de lletia vermella Truita d'espínacs amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs integral a la cubana Cigrons saltats amb ceba i pebre vermell Fruita ecològica de temporada	Verdura de temporada amb patata Pollastre rostit amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa	Estofat de mongeta blanca Salmó al forn amb verdures Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de pistons Daus de gall d'indi amb ceba caramel·litzada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Arròs integral amb verdures de temporada Llenties estofades Fruita ecològica de temporada	Pèsols saltats amb ceba i bacó Truita de patates amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Trinxat de col i patata Aletes de pollastre rostit amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Hummus amb bastonets de pastanaga Peix s/m a la andalusa Fruita ecològica de temporada	Sopa de pollastre amb fideus Cap de llom al forn amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada i crudités. Les amanides es fan amb enciams i altres ingredients que varien segons temporada (tomàquet, remolatxa, cogombre i pastanaga).

Totes les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, les pastes i els làctics utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica certificada CCPAE (Consell Regulador de la Producció Agrària Ecològica) o de producció integrada.

El pa, la pasta i l'arròs, sempre és integral, tret dels espaguetis i els fideus. El pa serà sense LACTOSA.

S'ofereix aigua com a acompanyament dels àpats. Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

S'utilitza AOVE (Oli d'oliva verge extra) per amanir i cuinar. S'utilitza oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Tots els plats servits en aquest menú seran sense LACTOSA.

Es consultaran sempre les etiquetes del proveïdor per assegurar que no conté LACTOSA o possibles traces.

Tots els processats, precuinats i embotits servits seran sense LACTOSA o possibles traces. En cas contrari, es substituirà per un plat lliure de LACTOSA.

Estem treballant conjuntament amb la consultoria nutricional CESNUT NUTRICIÓ per poder-vos oferir la màxima qualitat dietètica en totes les programacions dels nostres menús. Per qualsevol dubte dietètic en referència al menú podeu contactar amb l'equip de dietistes-nutricionistes a info@cesnut.com. Programació dietètica supervisada per Roser Montané, directora de Cesnut, nº col·legiada CAT0681.



MENÚ SENSE GLUTEN OCTUBRE 2026 - AESA SERVEIS MIGDIA

			DIJOURS 1	DIVENDRES 2
			Empedrat de mongeta blanca Peix blau s/m s/gluten amb patata i ceba logurt natural ecològic sense sucre	Espirals s/gluten amb tomàquet casolà Galtes al forn Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8	DIVENDRES 9
Macarrons integrals s/gluten amb salsa de pesto Truita francesa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Verdura tricolor al vapor Potatge de mongeta blanca Fruita ecològica de temporada	Arròs integral tres delícies Lluç amb salsa verda i patates Fruita ecològica de temporada	Lasanya de lleties amb pasta s/gluten (beixamel amb farina s/gluten) o Lleties amb tomàquet Fingers de pollastre amb pa ratllat s/gluten o pollastre al forn/planxa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de llegums Fricandó de vedella amb farina s/gluten logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
FESTIU	Arròs integral amb salsa de tomàquet casolà Remenat de formatge amb tomàquet i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Verdures de temporada gratinades al forn Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de fideus s/gluten i cigrons Bacallà al forn amb llit de ceba Fruita ecològica de temporada	Espaguetis s/gluten amb tomàquet casolà Burger de vedella amb amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23
Crema de lletia vermella Truita d'espínacs amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs integral a la cubana Cigrons saltats amb ceba i pebre vermell Fruita ecològica de temporada	Verdura de temporada amb patata Pollastre rostit amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Estofat de mongeta blanca Salmó al forn amb verdures Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de pistons s/gluten Daus de gall d'indi amb ceba caramel·litzada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOURS 29	DIVENDRES 30
Arròs integral amb verdures de temporada Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Pèsols saltats amb ceba i bacó Truita de patates amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Trinxat de col i patata Aletes de pollastre rostit amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Hummus amb bastonets de pastanaga Peix s/m s/gluten a la andalusa Fruita ecològica de temporada	Sopa de pollastre amb fideus s/gluten Cap de llom al forn amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada i crudits. Les amanides es fan amb enciams i altres ingredients que varien segons temporada (tomàquet, remolatxa, cogombre i pastanaga).

Totes les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, les pastes i els làctics utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica certificada CCPAE (Consell Regulador de la Producció Agrària Ecològica) o de producció integrada.

El pa, la pasta i l'arròs, sempre és integral, tret dels espaguetis i els fideus. Tant el pa com la pasta com els crostons de pa són sense GLUTEN.

S'ofereix aigua com a acompanyament dels àpats.

Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

S'utilitza AOVE (Oli d'oliva verge extra) per amanir i cuinar. S'utilitza oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Els plats servits en aquest menú seran sense GLUTEN.

Es consultaran sempre les etiquetes del proveïdor per assegurar que no conté GLUTEN o possibles traces.

Tots els processats, precuinats i embotits servits seran sense GLUTEN o possibles traces. En cas contrari, es substituirà per un plat lliure de GLUTEN.

Totes les salses i farines servides en aquest menú estan elaborades amb farina sense GLUTEN.



MENÚ OVOLACTEOVEGETARIÀ OCTUBRE 2026 - AESA SERVEIS MIGDIA

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			Empedrat de mongeta blanca s/tonyina Burger de cigrons amb patata i ceba logurt natural ecològic sense sucre	Espirals amb tomàquet casolà Pèsols amb patata Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Macarrons integrals amb salsa de pesto Truita francesa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Verdura tricolor al vapor Potatge de mongeta blanca Fruita ecològica de temporada	Arròs integral tres delícies s/pernil dolç Tofu al forn/planxa amb patates Fruita ecològica de temporada	Saltat de verdures de temporada Lasanya de lleties Fruita ecològica de temporada	Crema de llegums Burger vegetal de porro i pastanaga amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
FESTIU	Arròs integral amb salsa de tomàquet casolà Remenat de formatge amb tomàquet i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Verdures de temporada gratinades al forn Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de fideus i cigrons Tofu al forn/planxa amb llit de ceba Fruita ecològica de temporada	Espaguetis amb tomàquet casolà Burger de cigrons amb amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Crema de lletia vermella Truita d'espínacs amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs integral a la cubana Cigrons saltats amb ceba i pebre vermell Fruita ecològica de temporada	Verdura de temporada amb patata Tofu al forn/planxa amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Patata i pastanaga al vapor Estofat de mongeta blanca Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de pistons Pèsols amb pastanaga i ceba confitada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Arròs integral amb verdures de temporada Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Pèsols saltats amb ceba s/bacó Truita de patates amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Trinxat de col i patata Burger de cigrons amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Verdura de temporada amb oli d'oliva Hummus amb bastonets de pastanaga Fruita ecològica de temporada	Sopa de verdures amb fideus Tofu al forn/planxa amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada i crudités. Les amanides es fan amb enciams i altres ingredients que varien segons temporada (tomàquet, remolatxa, cogombre i pastanaga).

Totes les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, les pastes i els làctics utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica certificada CCPAE (Consell Regulador de la Producció Agrària Ecològica) o de producció integrada.

El pa, la pasta i l'arròs, sempre és integral, tret dels espaguetis i els fideus.

S'ofereix aigua com a acompanyament dels àpats. Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments. S'utilitza AOVE (Oli d'oliva verge extra) per amanir i cuinar. S'utilitza oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Es consultaran les etiquetes dels productes per assegurar que no contenen carn i peix ni traces.

Tots els processats, precuinats i embotits servits seran sense carn ni peix o possibles traces. En cas contrari, es substituirà per un plat lliure de carn i peix.



MENÚ SENSE OU OCTUBRE 2026 - AESA SERVEIS MIGDIA

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			Empedrat de mongeta blanca Peix blau s/m amb patata i ceba logurt natural ecològic sense sucre	Espirals amb tomàquet casolà Galtes al forn Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Macarrons integrals amb salsa de pesto amb pa s/ou Llom de porc al forn/planxa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Verdura tricolor al vapor Potatge de mongeta blanca Fruita ecològica de temporada	Arròs integral tres delícies Lluç amb salsa verda i patates Fruita ecològica de temporada	Lasanya de lleties Pollastre al forn/planxa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de llegums Fricandó de vedella logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
FESTIU	Arròs integral amb salsa de tomàquet casolà Carn blanca al forn/planxa amb tomàquet i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Verdures de temporada gratinades al forn Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de fideus i cigrons Bacallà al forn amb llit de ceba Fruita ecològica de temporada	Espaguetis amb tomàquet casolà Burger de vedella amb amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Crema de lletia vermella Llom de porc al forn/planxa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs integral a la cubana s/ou Cigrons saltats amb ceba i pebre vermell Fruita ecològica de temporada	Verdura de temporada amb patata Pollastre rostit amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Estofat de mongeta blanca Salmó al forn amb verdures Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de pistons Daus de gall d'indi amb ceba caramel·litzada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Arròs integral amb verdures de temporada Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Pèsols saltats amb ceba i bacó Peix blanc al forn/planxa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Trinxat de col i patata Aletes de pollastre rostit amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Hummus amb bastonets de pastanaga Peix s/m a la andalusa Fruita ecològica de temporada	Sopa de pollastre amb fideus Cap de llom al forn amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada i crudides. Les amanides es fan amb enciams i altres ingredients que varien segons temporada (tomàquet, remolatxa, cogombre i pastanaga).

Totes les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, les pastes i els làctics utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica certificada CCPAE (Consell Regulador de la Producció Agrària Ecològica) o de producció integrada.

El pa, la pasta i l'arròs, sempre és integral, tret dels espaguetis i els fideus. El pa serà sense OU.

S'oferirà aigua com a acompanyament dels àpats.

Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

S'utilitza AOVE (Oli d'oliva verge extra) per amanir i cuinar. S'utilitza oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Tots els plats servits en aquest menú seran sense OU.

Es consultaran sempre les etiquetes del proveïdor per assegurar que no conté OU o possibles traces.

Tots els processats, precuinats i embotits servits seran sense OU o possibles traces. En cas contrari, es substituirà per un plat lliure d'OU.



MENÚ **VEGÀ** OCTUBRE 2026 - AESA SERVEIS MIGDIA

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			Empedrat de mongeta blanca s/tonyina Burger de cigrons amb patata i ceba logurt vegetal	Espirals amb tomàquet casolà s/formatge Pèsols amb patata Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Macarrons integrals amb salsa de pesto s/formatge Cigrons saltats amb verdures (pastanaga, pebrot vermell i ceba) Fruita ecològica de temporada	Verdura tricolor al vapor Potatge de mongeta blanca Fruita ecològica de temporada	Arròs integral tres delícies s/pernil dolç Tofu al forn/planxa amb patates Fruita ecològica de temporada	Saltat de verdures de temporada Lasanya de lleties (beixamel amb llet vegetal) i s/gratinar o Lleties amb tomàquet Fruita ecològica de temporada	Crema de llegums Burger vegetal de porro i pastanaga amb amanida variada logurt vegetal
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
FESTIU	Arròs integral amb salsa de tomàquet casolà Mongeta amb all i julivert logurt vegetal	Verdures de temporada s/formatge i s/gratinar Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de fideus i cigrons Tofu al forn/planxa amb llet de ceba Fruita ecològica de temporada	Espaguetis amb tomàquet casolà s/formatge Burger de cigrons amb amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Crema de lletia vermella Mongeta tendra i patata Fruita ecològica de temporada	Arròs integral a la cubana s/ou Cigrons saltats amb ceba i pebre vermell Fruita ecològica de temporada	Verdura de temporada amb patata Tofu al forn/planxa amb amanida variada logurt vegetal	Patata i pastanaga al vapor Estofat de mongeta blanca Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de pistons Pèsols amb pastanaga i ceba confitada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Arròs integral amb verdures de temporada Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Bròquil amb carbassó bullit Pèsols saltats amb ceba s/bacó Fruita ecològica de temporada	Trinxat de col i patata Burger de cigrons amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Verdura de temporada amb oli d'oliva Hummus amb bastonets de pastanaga Fruita ecològica de temporada	Sopa de verdures amb fideus Tofu al forn/planxa amb amanida variada logurt vegetal

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada i crudités. Les amanides es fan amb enciams i altres ingredients que varien segons temporada (tomàquet, remolatxa, cogombre i pastanaga).

Totes les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, les pastes i els làctics utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica certificada CCPAE (Consell Regulador de la Producció Agrària Ecològica) o de producció integrada.

El pa, la pasta i l'arròs, sempre és integral, tret dels espaguetis i els fideus. La pasta i el pa servits en aquest menú no contenen OU.

S'oferirà aigua com a acompanyament dels àpats. Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

S'utilitza AOVE (Oli d'oliva verge extra) per amanir i cuinar.

S'utilitza oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Els derivats vegetals com begudes o iogurts han de ser de: soja, coco, avena, etc. excloent tots aquells d'origen animal.

Tots els processats, precuinats i embotits servits seran sense PRODUCTES D'ORIGEN ANIMAL o possibles traces. En cas contrari, es substituirà per un plat lliure de PRODUCTES D'ORIGEN ANIMAL.



MENÚ HALAL OCTUBRE 2026 - AESA SERVEIS MIGDIA

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			Empedrat de mongeta blanca Peix blau s/m amb patata i ceba logurt natural ecològic sense sucre	Espirals amb tomàquet casolà Pollastre al forn Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Macarrons integrals amb salsa de pesto Truita francesa amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Verdura tricolor al vapor Potatge de mongeta blanca Fruita ecològica de temporada	Arròs integral tres delícies s/pernil dolç Lluç amb salsa verda i patates Fruita ecològica de temporada	Lasanya de lleties Fingers de pollastre amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de llegums Fricandó de vedella logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
FESTIU	Arròs integral amb salsa de tomàquet casolà Remenat de formatge amb tomàquet i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Verdures de temporada gratinades al forn Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de fideus i cigrons Bacallà al forn amb llit de ceba Fruita ecològica de temporada	Espaguetis amb tomàquet casolà Burguer de vedella amb amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Crema de lletia vermella Truita d'espínacs amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs integral a la cubana Cigrons saltats amb ceba i pebre vermell Fruita ecològica de temporada	Verdura de temporada amb patata Pollastre rostit amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Estofat de mongeta blanca Salmó al forn amb verdures Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal de pistons Daus de pollastre amb ceba caramel·litzada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Arròs integral amb verdures de temporada Lleties estofades Fruita ecològica de temporada	Pèsols saltats amb ceba s/bacó Truita de patates amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Trinxat de col i patata Aletes de pollastre rostit amb amanida variada Fruita ecològica de temporada	Hummus amb bastonets de pastanaga Peix s/m a la andalusa Fruita ecològica de temporada	Sopa de pollastre amb fideus Vedella al forn amb amanida variada logurt natural ecològic sense sucre

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada i crudides. Les amanides es fan amb enciams i altres ingredients que varien segons temporada (tomàquet, remolatxa, cogombre i pastanaga).

Totes les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, les pastes i els làctics utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica certificada CCPAE (Consell Regulador de la Producció Agrària Ecològica) o de producció integrada.

El pa, la pasta i l'arròs, sempre és integral, tret dels espaguetis i els fideus.

S'oferirà aigua com a acompanyament dels àpats. Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

S'utilitza AOVE (Oli d'oliva verge extra) per amanir i cuinar. S'utilitza oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Tots els plats servits en aquest menú seran sense PORC.

Es consultaran sempre les etiquetes del proveïdor per assegurar que no conté PORC o possibles traces.

Tots els processats, precuinats i embotits servits seran sense PORC o possibles traces. En cas contrari, es substituirà per un plat lliure de PORC.