

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Bròquil, patata i pastanaga Cigrons amb ceba i pebre vermell i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de xampinyons Gall dindi al forn/planxa i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Sopa d'au amb fideus s/ou Lluç al forn amb llit de ceba i patata i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Wok de verdures amb patata Pollastre al forn amb salsa casolana s/ou o s/salsa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de llenties vermelles Macarrons integrals s/ou amb salsa de pesto i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Minestra de verdures Bacallà a l'andalusa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de porro Llenties amb arròs i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Pèsols amb patata Estofat de gall dindi Fruita ecològica de temporada	Tallarins s/ou amb bacon s/ou o s/bacon i ceba Peix al forn/planxa i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Arròs tres delícies (pernil dolç s/ou o s/pernil dolç) Mongeta blanca amb all i julivert i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Crema de carbassó Fricandó de vedella i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Hummus amb sticks de pastanaga Espaguetis s/ou saltejats amb verdures (pastanaga, carbassó i porro) Fruita ecològica de temporada	Llenties estofades Llom de porc al forn/planxa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Pèsols amb porro i pastanaga Pollastre amb poma i ceba amb xips Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal d'arròs Peix fres s/m s/ou i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Trinxat de col i patata Salmó al forn amb llit de ceba i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Cigrons estofats amb espinacs Gall dindi al forn/planxa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de verdures de temporada Galtes de porc guisades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet casolà Mongeta blanca estofades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Sopa amb pistons s/ou / Crema de carbassa i pastanaga Fingers de pollastre i amanida variada / Hamburguesa complerta (hamburguesa s/ou, pa, formatge, enciam i tomàquet) logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 30	DIMARTS 31	VACANCES SETMANA SANTA		

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

S'ofereix aigua com a acompanyament dels àpats.

El pa i l'arròs són integrals. La pasta és integral excepte els fideus i els espaguetis. **El pa serà sense OU.**

Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

Les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, i les pastes utilitzats en l'elaboració dels menús, poden ser de producció integrada o provenir de l'agricultura ecològica, buscant sempre la proximitat i circuit curt.

Els làctics sempre són ecològics i de proximitat.

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

Tots els plats servits en aquest menú seran sense OU.

És obligatori consultar 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.

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.

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Bròquil, patata i pastanaga Cigrons amb ceba i pebre vermell i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de xampinyons s/lactosa o amb xampinyons saltats Remenat d'ou amb pernil dolç s/lactosa o s/pernil dolç i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa	Sopa d'au amb fideus Lluç al forn amb llit de ceba i patata i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Wok de verdures amb patata Pollastre al forn amb salsa casolana s/lactosa o s/salsa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de llenties vermelles Macarrons integrals amb salsa de pesto s/lactosa o s/salsa i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Minestra de verdures Bacallà a l'andalusa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de porro Llenties amb arròs i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Pèsols amb patata Estofat de gall dindi Fruita ecològica de temporada	Tallarins amb bacon s/lactosa o s/bacon i ceba Truita d'espínacs i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa	Arròs tres delícies (pernil dolç s/lactosa o s/pernil dolç) Mongeta blanca amb all i julivert i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Crema de carbassó Fricandó de vedella i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Hummus s/lactosa amb sticks de pastanaga Espaguetis saltejats amb verdures (pastanaga, carbassó i porro) Fruita ecològica de temporada	Llenties estofades Truita de patates i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Pèsols amb porro i pastanaga Pollastre amb poma i ceba amb xips Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal d'arròs Peix fres s/m i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Trinxat de col i patata Salmó al forn amb llit de ceba i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Cigrons estofats amb espínacs Truita a la francesa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de verdures de temporada Galtes de porc guisades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet casolà Mongeta blanca estofades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Sopa amb pistons / Crema de pastanaga i carbassa Fingers de pollastre i amanida variada / Hamburguesa complerta (hamburguesa s/lactosa , pa, formatge s/lactosa , enciam i tomàquet) logurt natural ecològic sense sucre s/lactosa
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
VACANCES SETMANA SANTA				

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

S'ofereix aigua com a acompanyament dels àpats.

El pa i l'arròs són integrals. La pasta és integral excepte els fideus i els espaguetis. **El pa serà sense LACTOSA.**

Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

Les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, i les pastes utilitzats en l'elaboració dels menús, poden ser de producció integrada o provenir de l'agricultura ecològica, buscant sempre la proximitat i circuit curt.

Els làctics sempre són ecològics i de proximitat.

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

Tots els plats servits en aquest menú seran sense LACTOSA.

És obligatori consultar 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.

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Bròquil, patata i pastanaga Cigrons amb ceba i pebre vermell i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de xampinyons Remenat d'ou amb pernil dolç s/gluten o s/pernil dolç i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Sopa d'au amb fideus s/gluten Lluç al forn amb llit de ceba i patata i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Wok de verdures amb patata Pollastre al forn amb salsa casolana i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de llenties vermelles Macarrons integrals s/gluten amb salsa de pesto i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Minestra de verdures Bacallà a l'andalusa s/gluten i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de porro Llenties amb arròs i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Pèsols amb patata Estofat de gall dindi Fruita ecològica de temporada	Tallarins s/gluten amb bacon s/gluten o s/bacon i ceba Truita d'espínacs i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Arròs tres delícies (pernil dolç s/gluten o s/pernil dolç) Mongeta blanca amb all i julivert i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Crema de carbassó Fricandó de vedella s/gluten i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Hummus s/gluten amb sticks de pastanaga Espaguetis s/gluten saltejats amb verdures (pastanaga, carbassó i porro) Fruita ecològica de temporada	Llenties estofades Truita de patates i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Pèsols amb porro i pastanaga Pollastre amb poma i ceba amb xips Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal d'arròs Peix fres s/m s/gluten i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Trinxat de col i patata Salmó al forn amb llit de ceba i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Cigrons estofats amb espínacs Truita a la francesa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de verdures de temporada Galtes de porc guisades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet casolà Mongeta blanca estofades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Sopa amb pistons s/gluten / Crema de carbassa i pastanaga Pollastre al forn/planxa i amanida variada / Hamburguesa complerta (hamburguesa s/gluten , pa s/gluten , formatge, enciam i tomàquet) logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
VACANCES SETMANA SANTA				

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

S'ofereix aigua com a acompanyament dels àpats.

El pa i l'arròs són integrals. La pasta és integral excepte els fideus i els espaguetis

Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

Les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, i les pastes utilitzats en l'elaboració dels menús, poden ser de producció integrada o provenir de l'agricultura ecològica, buscant sempre la proximitat i circuit curt.

Els làctics sempre són ecològics i de proximitat.

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

Els plats servits en aquest menú seran sense GLUTEN.

És obligatori consultar 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.

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 + SENSE PLV (Si vedella) + SENSE FRUITS SECS

MARÇ 2026 - AESA SERVEIS MIGDIA

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Bròquil, patata i pastanaga Cigrons amb ceba i pebre vermell i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de xampinyons s/PLV o amb xampinyons saltats Remenat d'ou amb pernil dolç s/gluten, s/PLV i s/fruits secs o s/pernil dolç i amanida variada logurt vegetal	Sopa d'au amb fideus s/gluten Lluç al forn amb llit de ceba i patata i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Wok de verdures amb patata Pollastre al forn amb salsa casolana s/PLV o s/salsa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de llenties vermelles Macarrons integrals s/gluten amb salsa de pesto s/formatge i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Minestra de verdures Bacallà a l'andalusa s/gluten i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de porro Llenties amb arròs i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Pèsols amb patata Estofat de gall dindi Fruita ecològica de temporada	Tallarins s/gluten amb bacon s/gluten i s/PLV o s/bacon i ceba Truita d'espínacs i amanida variada logurt vegetal	Arròs tres delícies (pernil dolç s/gluten, s/PLV i s/fruits secs o s/pernil dolç) Mongeta blanca amb all i julivert i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Crema de carbassó Fricandó de vedella s/gluten i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Hummus s/gluten, s/PLV i s/fruits secs amb sticks de pastanaga Espaguetis s/gluten saltejats amb verdures (pastanaga, carbassó i porro) Fruita ecològica de temporada	Llenties estofades Truita de patates i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Pèsols amb porro i pastanaga Pollastre amb poma i ceba amb xips Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal d'arròs Peix fres s/m s/gluten i amanida variada logurt vegetal
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Trinxat de col i patata Salmó al forn amb llit de ceba i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Cigrons estofats amb espínacs Truita a la francesa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de verdures de temporada Galtes de porc guisades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet casolà Mongeta blanca estofades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Sopa amb pistons s/gluten Pollastre al forn/planxa i amanida variada logurt vegetal
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
VACANCES SETMANA SANTA				

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

S'ofereix aigua com a acompanyament dels àpats.

El pa i l'arròs són integrals. La pasta és integral excepte els fideus i els espaguetis. **El pa serà sense PLV, sense GLUTEN i sense FRUITS SECS.**

Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

Les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, i les pastes utilitzats en l'elaboració dels menús, poden ser de producció integrada o provenir de l'agricultura ecològica, buscant sempre la proximitat i circuit curt.

Els làctics sempre són ecològics i de proximitat.

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

No s'utilitzen FRUITS SECS en cap de les elaboracions del centre. En els productes no elaborats en el centre (pa, embotits, processats, etc.) s'indica que han de ser lliures FRUITS SECS i possibles traces.

Tots els plats servits en aquest menú seran sense PLV, sense GLUTEN i sense FRUITS SECS.

És obligatori consultar sempre les etiquetes del proveïdor per assegurar que no conté PLV, GLUTEN o FRUITS SECS o possibles traces.

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

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.

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Bròquil, patata i pastanaga Cigrons amb ceba i pebre vermell i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de xampinyons Remenat d'ou s/pernil dolç i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Sopa de verdures amb fideus Pèsols amb pastanaga i ceba confitada Fruita ecològica de temporada	Wok de verdures amb patata Mongeta blanca saltada amb all Fruita ecològica de temporada	Crema de Llenties vermelles Macarrons integrals amb salsa de pesto i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Minestra de verdures Cigrons saltats amb daus de pastanaga Fruita ecològica de temporada	Crema de porro Llenties amb arròs i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Bròquil bullit amb verdures Pèsols amb patata Fruita ecològica de temporada	Tallarins amb ceba s/bacon Truita d'espínacs i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre	Arròs tres delícies s/pernil dolç Mongeta blanca amb all i julivert i amanida variada Fruita ecològica de temporada
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Crema de carbassó Mongetes blanques estofades Fruita ecològica de temporada	Hummus amb sticks de pastanaga Espaguetis saltejats amb verdures (pastanaga, carbassó i porro) Fruita ecològica de temporada	Llenties estofades Truita de patates i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Coliflor amb patata al vapor Pèsols amb porro i pastanaga Fruita ecològica de temporada	Sopa vegetal d'arròs Tofu al forn/planxa i amanida variada logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Trinxat de col i patata Pèsols saltats amb ceba i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Cigrons estofats amb espínacs Truita a la francesa i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Crema de verdures de temporada Llenties amb verdures Fruita ecològica de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet casolà Mongeta blanca estofades i amanida variada Fruita ecològica de temporada	Sopa amb pistons / Crema de carbassa i pastanaga Fingers de tofu arrebossat i amanida variada / Hamburguesa completa (hamburguesa de tofu , pa, formatge, enciam i tomàquet) logurt natural ecològic sense sucre
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
VACANCES SETMANA SANTA				

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

S'ofereix aigua com a acompanyament dels àpats.

El pa i l'arròs són integrals. La pasta és integral excepte els fideus i els espaguetis.

Es cuinarà amb sal iodada per preparar els aliments.

Les fruites, les verdures, les llegums, els cereals, i les pastes utilitzats en l'elaboració dels menús, poden ser de producció integrada o provenir de l'agricultura ecològica, buscant sempre la proximitat i circuit curt.

Els làctics sempre són ecològics i de proximitat.

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

Cal consultar 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.