

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P CROQUETES GOURMETS DE CARN D'OLLA (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO GELAT DE VAINILLA I XOCOLATA (6, 7) 5	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (1, 4) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU AMANIDA DE TEMPORADA PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P FUSSILIS AL PESTO (1, 3, 7, T3, T5, T6, T8, T10) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 7	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS 8	1P CREMA DE PASTANAGA I MONGETA BLANCA 2P PIZZA CASOLANA MARGARITA (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 9
1P MACARRONS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (1, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T6, T10) GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA DE CEBA GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P ARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 14	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSA CHIMICHURRI (12) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 15	1P AMANIDA DE CIGRONS (olives negres, tonyina, pastanaga ratllada i daus de tomàquet) (4, 12) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA (1, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 16
1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, T1, T2, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P AMANIDA RUSSA amb maionesa opcional (3, 4, T3) 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3, 10, T6, T10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P FRICANDÓ DE VEDELLA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 21	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES (3) PO FRUITA DEL TEMPS 22	1P FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9) 2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 23
1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS (1, 3, 4, 12, T3, T6, T10) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 27	1P SALPICÓ DE LLEGUMS AMB VINAGRETA DE MOSTASSA I MEL (3, 4, 10, 12, T3) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 28	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 29	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P HAMBURGUESES DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 30



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta,
arròs, llegum
cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



MAIG | ESCOLA THAU BARCELONA (ovolactovegetarià)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P CROQUETES VEGETALS (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO GELAT DE VAINILLA I XOCOLATA (6, 7) 5	1P AMANIDA DE LLENTIES *(olives negres, pastanaga i tomàquet) (1) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU AMANIDA DE TEMPORADA PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P FUSSILIS AL PESTO (1, 3, 7, T3, T5, T6, T8, T10) 2P SALSITXES VEGETALS A LA PLANXA (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 7	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P TOFU AL FORN (1, 6) GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS 8	1P CREMA DE PASTANAGA I MONGETA BLANCA 2P PIZZA CASOLANA MARGARITA (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 9
1P MACARRONS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (1, T6, T10) 2P HUMMUS CASOLÀ AMB DIPS DE VERDURES GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P SEITAN AMB SALSA DE CEBA (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P ARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2P TRUITA FRANCESA (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 14	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLNXX (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 15	1P AMANIDA DE CIGRONS* (olives negres, pastanaga ratllada i daus de tomàquet) (12) 2P TOFU AL FORN AMB FARIGOLA (1, 6, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 16
1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, T1, T2, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P LASSANYA DE VERDURES (1, 2, 3, T4, 6, 7, 14) 2P SALSITXES VEGETALS A LA PLANXA (1, 6) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P FRICANDÓ DE SEITAN (1, 6) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 21	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES (3) PO FRUITA DEL TEMPS 22	1P GRAELLA DE VERDURES 2P FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 23
1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS* (1, 3, 12, T3, T6, T10) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P TOFU MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 27	1P SALPICÓ DE LLEGUMS AMB VINAGRETA DE MOSTASSA I MEL (3, 10, 12, T3) 2P BASTONETS DE MOZZARELLA (1, 3, 6, 7, T8) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 28	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P HUMMUS CASOLÀ AMB DIPS DE VERDURES GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 29	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLNXX (1, 6) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 30

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta,
arròs, llegum
cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



MAIG | ESCOLA THAU BARCELONA (sense gluten)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P CROQUETES sense gluten (3, 7 12) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO GELAT DE VAINILLA I XOCOLATA (6, 7) 5	1P AMANIDA DE LLENTIES sense gluten (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU AMANIDA DE TEMPORADA PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P FUSSILIS sense gluten AL PESTO (3, 7, T3, T5, T8) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 7	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS 8	1P CREMA DE PASTANAGA I MONGETA BLANCA 2P PIZZA CASOLANA sense gluten MARGARITA (salsa de tomàquet i mozzarella) (7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 9
1P MACARRONS sense gluten AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina sense gluten) (4) GU AMANIDA DE BROT VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA DE CEBA GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P ARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 14	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSA CHIMICHURRI (12) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 15	1P AMANIDA DE CIGRONS (olives negres, tonyina, pastanaga ratllada i daus de tomàquet) (4, 12) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA sense gluten (9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 16
1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA ESPAGUETIS sense gluten A LA BOLONYESA VEGETAL DE XAMPINYONS 2P PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P AMANIDA RUSSA amb maionesa opcional (3, 4, T3) 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (ou i pa ratllat sense gluten) (3, 10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P FRICANDÓ DE VEDELLA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 21	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES (3) PO FRUITA DEL TEMPS 22	1P FIDEUÀ sense gluten DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (3, 9) 2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 23
1P AMANIDA DE PASTA sense gluten (3, 4, 12, T3) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) sense gluten (6, 10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 27	1P SALPICÓ DE LLEGUMS AMB VINAGRETA DE MOSTASSA I MEL (3, 4, 10, 12, T3) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU AMANIDA PO FRUITA DEL TEMPS 28	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 29	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P HAMBURGUESES DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 30

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta,
arròs, llegum
cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



MAIG | ESCOLA THAU BARCELONA (sense lactosa)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P LLOM A LA PLANXA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO GELAT sense lactosa 5	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (1, 4) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU AMANIDA DE TEMPORADA PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P FUSSILIS AL PESTO sense lactosa (1, 3, T3, T5, T6, T8, T10) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 7	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS 8	1P CREMA DE PASTANAGA I MONGETA BLANCA 2P PIZZA CASOLANA MARGARITA (salsa de tomàquet i formatge sense lactosa) (1) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 9
1P MACARRONS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (1, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T6, T10) GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA DE CEBA GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P ARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 14	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSA CHIMICHURRI (12) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 15	1P AMANIDA DE CIGRONS (olives negres, tonyina, pastanaga ratllada i daus de tomàquet) (4, 12) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA (1, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT sense lactosa 16
1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE XAMPINYONS (1, T6, T10) 2P PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P AMANIDA RUSSA amb maionesa opcional (3, 4, T3) 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3, 10, T6, T10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P FRICANDÓ DE VEDELLA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 21	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES (3) PO FRUITA DEL TEMPS 22	1P FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9) 2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT sense lactosa 23
1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS (1, 3, 4, 12, T3, T6, T10) 2P TRUITA A LA FRANCESA (3) GU HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO IOGURT sense lactosa 27	1P SALPICÓ DE LLEGUMS AMB VINAGRETA DE MOSTASSA I MEL (3, 4, 10, 12, T3) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU CUSCÚS SALTEJAT sense lactosa (1) PO FRUITA DEL TEMPS 28	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 29	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P HAMBURGUESES DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 30

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta,
arròs, llegum
cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



MAIG | ESCOLA THAU BARCELONA (sense ou)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P LLOM A LA PLANXA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO GELAT DE VAINILLA I XOCOLATA (6, 7)	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (1, 4) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA (1, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE TEMPORADA PO FRUITA DEL TEMPS	1P FUSSILIS AL PESTO sense ou (1, 7, T5, T6, T8, T10) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PASTANAGA I MONGETA BLANCA 2P PIZZA CASOLANA MARGARITA (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS
5	6	7	8	9
1P MACARRONS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (1, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T6, T10) GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA DE CEBA GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSA CHIMICHURRI (12) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA DE CIGRONS (olives negres, tonyina, pastanaga ratllada i daus de tomàquet) (4, 12) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA (1, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7)
12	13	14	15	16
1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, T1, T2, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA RUSSA asense ou (4) 2P POLLASTRE ARREBOSSAT sens ou (pa ratllat) (1, 10, T6, T10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P FRICANDÓ DE VEDELLA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES 2P POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) PO FRUITA DEL TEMPS	1P FIDEUÀ DE VERDURES sense ou (1, 9) 2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7)
19	20	21	22	23
1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS sense ou (1, 4, 12, T6, T10) 2P POLLASTRE AL FORN AMB POMA (12) GU HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7)	1P SALPICÓ DE LLEGUMS AMB VINAGRETA DE MOSTASSA I MEL sense ou (4, 10, 12) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P HAMBURGUESES DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS
26	27	28	29	30

Menu validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta,
arròs, llegum
cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



Sistema de
Gestió
ISO 9001:2015
www.tor.com
ID: 31083049

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P CROQUETES sense traces de peix (3, 7, 12) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO GELAT DE VAINILLA I XOCOLATA (6, 7) 5	1P AMANIDA DE LLENTIES* (olives negres, pastanaga i tomàquet) (1) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU AMANIDA DE TEMPORADA PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P FUSSILIS AL PESTO (1, 3, 7, T3, T5, T6, T8, T10) 2P SALSITXES DE PORC A LA PLANXA (12) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 7	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS 8	1P CREMA DE PASTANAGA I MONGETA BLANCA 2P PIZZA CASOLANA MARGARITA (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 9
1P MACARRONS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (1, T6, T10) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSA DE CEBA GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P ARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 14	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSA CHIMICHURRI (12) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 15	1P AMANIDA DE CIGRONS* (olives negres, pastanaga ratllada i daus de tomàquet) (12) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA (1, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 16
1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE XAMPINYONS (1, T6, T10) 2P PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P MENESTRA DE VERDURES* 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3, 10, T6, T10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P FRICANDÓ DE VEDELLA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 21	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES (3) PO FRUITA DEL TEMPS 22	1P FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9) 2P BOTIFARRA A LA PLANXA (12, T12) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 23
1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS * (1, 3, 12, T3, T6, T10) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 27	1P SALPICÓ DE LLEGUMS AMB VINAGRETA DE MOSTASSA I MEL * (3, 10, 12, T3) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 28	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 29	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P HAMBURGUESES DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 30



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta,
arròs, llegum
cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



Sistema de
Gestión
ISO 9001:2015
www.tuv.com
ID 910830489

MAIG | ESCOLA THAU BARCELONA (sense porc)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P CROQUETES DE BACALLÀ (1, 4, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO GELAT DE VAINILLA I XOCOLATA (6, 7)	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (1, 4) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBÀ (3) GU AMANIDA DE TEMPORADA PO FRUITA DEL TEMPS	1P FUSSILIS AL PESTO (1, 3, 7, T3, T5, T6, T8, T10) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PASTANAGA I MONGETA BLANCA 2P PIZZA CASOLANA MARGARITA (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS
5	6	7	8	9
1P MACARRONS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i cebà) (1, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4, T6, T10) GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALSÀ DE CEBÀ GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2P TRUITA FRANCESA (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P SALMÓ AL FORN (4, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA DE CIGRONS (olives negres, tonyina, pastanaga ratllada i daus de tomàquet) (4, 12) 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA (1, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7)
12	13	14	15	16
1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, T1, T2, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA RUSSA amb maionesa opcional (3, 4, T3) 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3, 10, T6, T10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P FRICANDÓ DE VEDELLA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES (3) PO FRUITA DEL TEMPS	1P FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9) 2P LLUÇ AL FORN (ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7)
19	20	21	22	23
1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS (1, 3, 4, 12, T3, T6, T10) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7)	1P SALPICÓ DE LLEGUMS AMB VINAGRETA DE MOSTASSA I MEL (3, 4, 10, 12, T3) 2P LLUÇ AL FORN (4) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P HAMBURGUESES DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS
26	27	28	29	30

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta,
arròs, llegum
cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
			1	2
1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3) 2P LLOM DE CANYA A LA PLANXA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO GELAT DE VAINILLA I XOCOLATA (6, 7) 5	1P GRAELLA DE VERDURES 2P POLLASTRE AL FORN AMB FARIGOLA (1, 9, 10, 11) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P ESPINACS A LA CATALANA (T5, T8) 2P SALSITXES DE PORC A LA PLANXA (12) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 7	1P MONGETA TENDRA, PATATA I PASTANAGA BULLIDES 2P QUICHE DE DE PERNIL I FORMATGE (1, 3, 7, T3, T6, T7, T8) GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS 8	1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS (1, 3, 4, 12, T3, T6, T10) 2P BACALLÀ GRATINAT AMB ALLIOLI DE POMA (1, 2, 3, 4, 14, T6, T10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 9
1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P EMPEDRAT DE MONGETES AMB BACALLÀ (4, 12) 2P CANELONS DE CARN GRATINATS AMB BEIXAMEL (1, 3, 6, 7, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P GASPATXO AMB DAUS DE PA TORRAT (1, 12) 2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALS DE SOJA, MEL I SÈSAM (1, 6, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS 14	1P FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) AMB ALL I OLI (opcional) (1, 2, 3, 4, 9, 14, T4) 2P SALMÓ AMB SALSUAU D' ALLS, VINAGRE I LLIMONA (4, 12, T2, T14) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 15	1P ARRÒS AMB POLLASTRE, BOLETS I ALBERGÍNIA 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 16
1P PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL 2P LLONZES DE LLOM A LA PLANXA PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P LASSANYA DE VERDURES (1, 2, 3, 4, 6, 7, 14) 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (2, 4, 14) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P GALL D'INDI AMB SALS DE XAMPINYONS GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 21	1P TABULÉ AMB MENTA, LLIMONA I VEGETALS (1, 9, 10, 12) 2P POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) PO FRUITA DEL TEMPS 22	1P GRAELLA DE VERDURES 2P BOTIFARRA A LA PLANXA (12, T12) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 23
1P MONGETA TENDRA AMB PASTANAGUES BABY 2P POLLASTRE AL FORN AMB POMA (12) GU HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) PO FRUITA DEL TEMPS 26	1P SOPA FREDA DE MELÓ (7) 2P LLUÇ AMB SALS VERDA (api, porros, all i julivert) (1, 2, 4, 9, 14, T4, T6, T10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL (7) 27	1P ESPAGUETIS AMB SALS DE FORMATGES (1, 7, T3, T6, T10) 2P CROQUETES GOURMETS DE CARN D'OLLA (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 28	1P AMANIDA NIZARDA (3, 4, T3) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 29	1P GASPATXO AMB DAUS DE PA TORRAT (1, 12) 2P GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALS DE CEBA GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 30



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta, arròs, llegum cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



Sistema de Gestió
ISO 9001:2015
www.tuv.com
ID 5108535489

MAIG | ESCOLA THAU BARCELONA (vegà)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
1P MINISTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P SEITAN SALTEJAT (1, 6) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS	1P GRAELLADA D EVREDURES 2P AMANIDA DE LLENTIES *(olives negres, pastanaga i tomàquet) (1) GU AMANIDA DE TEMPORADA PO POSTRE DE SOJA (6)	1P FUSSILIS SALTEJATS AMB HERBES AROMÀTIQUES (1, T6, T10) 2P SALSITXES VEGETALS A LA PLANXA (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P TOFU AL FORN (1, 6) GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PASTANAGA I MONGETA BLANCA 2P PIZZA CASOLANA MARGARITA VEGANA AMB XAMPINYONS (1) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO POSTRE DE SOJA (6)
5	6	7	8	9
1P MACARRONS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (1, T6, T10) 2P HUMMUS CASOLÀ DE LLEGUM AMB DIPS DE VERDURES GU AMANIDA DE BROTS VERDS AMB TOMÀQUETS CHERRYS I BLAT DE MORO PO POSTRE DE SOJA (6)	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P SEITAN AMB SALSA DE CEBA (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2P TRUITA AMB FARINA DE CIGRÓ AMB VERDURETES GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO POSTRE DE SOJA (6)	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P HAMBURGUESA VEGANA A LA PLANXA (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA DE CIGRONS* (olives negres, pastanaga ratllada i daus de tomàquet) (12) 2P TOFU AL FORN AMB FARIGOLA (1, 6, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS
12	13	14	15	16
1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, T1, T2, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUITA DEL TEMPS	1P VERDURA DEL TEMPS 2P SALSITXES VEGETALS A LA PLANXA (1, 6) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO POSTRE DE SOJA (6)	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P FRICANDÓ DE SEITAN (1, 6) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES 2P TOFU AL FORN (1, 6) AMB AMANIDA PO FRUITA DEL TEMPS	1P GRAELLA DE VERDURES 2P FIDEUÀ DE VERDURES (1, 9) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO POSTRE DE SOJA (6)
19	20	21	22	23
1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS* (1, 12, T6, T10) 2P HUMMUS CASOLÀ DE LLEGUM AMB "DIPS" DE PASTANAGA (11, 12) GU VERDURA AL VAPOR PO POSTRE DE SOJA (6)	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P TOFU MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU AMANIDA DE PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P SALPICÓ DE LLEGUMS AMB VINAGRETA DE MOSTASSA (10, 12) 2P TEMPEH SALTEJAT (1, 6) GU CUSCÚS SALTEJAT sense làctics (1) PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P HUMMUS CASOLÀ DE LLEGUM AMB DIPS DE VERDURES GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO POSTRE DE SOJA (6)	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLANXA (1, 6) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS
26	27	28	29	30

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT002342)



PRODUCTE SEC ECOLÒGIC: pasta,
arròs, llegum
cuscús....



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)



Sistema de
Gestió
ISO 9001:2015
www.tor.com
ID: 31683049

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			FESTA	FESTA
			1	2
1P ENTREPÀ DE GALL DINDI (1, 3, 6, 7, 8, 11)	1P ENTREPÀ DE FORMATGE (1, 3, 6, 7, 8, 11)	1P IOGURT AMB BASTONETS DE PA (1, 6, 7, 11)	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS	1P PA AMB XOCOLATA (1, 3, 6, 7, 8, 11)
5	6	7	8	9
1P ENTREPÀ DE PERNIL CUIT (1, 3, 6, 7, 8, 11)	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS	1P IOGURT AMB BASTONETS DE PA (1, 6, 7, 11)	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS	1P PA AMB XOCOLATA (1, 3, 6, 7, 8, 11)
12	13	14	15	16
1P ENTREPÀ DE GALL DINDI (1, 3, 6, 7, 8, 11)	1P ENTREPÀ DE FORMATGE (1, 3, 6, 7, 8, 11)	1P IOGURT AMB BASTONETS DE PA (1, 6, 7, 11)	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS	1P PA AMB XOCOLATA (1, 3, 6, 7, 8, 11)
19	20	21	22	23
1P ENTREPÀ DE PERNIL CUIT (1, 3, 6, 7, 8, 11)	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS	1P IOGURT AMB BASTONETS DE PA (1, 6, 7, 11)	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS	1P PA AMB XOCOLATA (1, 3, 6, 7, 8, 11)
26	27	28	29	30

LA TEVA DIETA DIÀRIA

**ESMORZARS I
BERENARS
SALUDABLES**

PA, CEREALS O
DERIVATS

LLET O
DERIVATS

FRUITA FRESCA O
HORTALISSES

I TAMBÉ FRUITS SECS

completa la teva
alimentació diària
amb un sopar
adequat

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

Prepara el sopar amb aliments que no s'hagin consumit
en el menjar elaborats de manera lleugera i simple

SI HAN MENJAT

PODEN SOPAR

Verdures i Hortalisses

Verdures i Hortalisses crues o cuinades

Patata o moniato

Pasta, arròs, pa o altres cereals

Pasta, arròs, pa o altres cereals

Patata o moniato

Llegums

Peix, Ou o Carn

Carn blanca o vermella

Peix, Ous o Llegums

Peix blanc o blau

Carn blanca, Ous o Llegums

Ous

Carn blanca, Peix o Llegums

Fruita Fresca

Fruita Fresca o Làctic

Làctic

Fruita Fresca

OFERIM MENÚS..

sostenibles

equilibrats

saludables

responsables

variats

innovadors

de
temporada

de
proximitat

PLANTES AROMÀTIQUES



SMOOTHIE DE FRUITES AMB MENTA



Pelem i netegem les fruites que més ens agraden i
les tallem a trossos mitjans. Amb l'ajuda d'una
batidora ho triturem juntament amb llet ben freda.
Just abans de servir hi afegim unes fulles de menta
fresca.