

MENÚ DESEMBRE 2025

SENSE GLUTEN

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
MINISTRA DE VERDURES	ARRÒS TRES DELÍCIES	CREMA DE VERDURES (amb patata)	MACARRONS A LA ITALIANA	
HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	LLENTIES AMB VERDURES (carbassó, pastanaga i ceba)	POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA	FESTA DE LLIURE ELECCIÓ
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL	
8	9	10	11	12
	CREMA DE VERDURES	CIGRONS AMB ESPINACS	ARRÒS AMB TOMÀQUET	ESPIRALS DE COLORS AMB CEBA I XAMPINYONS
FESTIU	PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I CEBA	POLLASTRE AL FORN AMB PASTANAGA I CEBA	TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	GALL D'INDI ROSTIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
MONGETA TENDRA, PATATA I PASTANAGA	ARRÒS AMB VERDURES (pastanaga, pèsols i bròquil)	CREMA DE CARBASSA (amb patata)	PÈSOLS AMB PATATA	SOPA DE NADAL
CROQUETES SENSE GLUTEN AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO	POLLASTRE ESTOFAT AMB CEBA I XAMPINYONS	MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	POLLASTRE AMB PRUNES I PINYONS
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	POSTRES LÀCTICS

Recorda

-El menú de cada dia està elaborat el mateix dia.

-El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.

-És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita.

-El dijous el pa és integral.

-Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.

-El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.

-Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament