



Menú Halal



OCTUBRE 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	29	30	01	02
  <p>Revisat per Laia Torrelles, Diplomada en Nutrició i dietètica. Col·legiada nº CAT001125</p>	<p><i>Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria</i></p> <p><i>La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies</i></p>		<p>Arròs caldós amb verdures (pastanaga, carbassó, pèsols)</p> <p>Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet</p> <p>-</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	<p>Macarrons integrals saltats amb xampinyons</p> <p>Rap a la bilbaïna (all i pebre vermell)</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc/integral i iogurt natural</p>
05	06	07	08	09
<p>Sopa casolana de verdures amb fideus integrals</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc/integral i postres casolanes</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Seitons arrebossats fregits</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	<p>Crema de carbassó amb crostons</p> <p>Espirals amb bolonyesa de lleties</p> <p>-</p> <p>Pa blanc/integral i fruita fresca</p>	<p>Trinxat de col amb patates</p> <p>Truita francesa</p> <p>Xampinyons al forn/planxa</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	<p>Mongetes seques estofades amb verdures</p> <p>Hamburguesa vegetal al forn/planxa</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc/integral i fruita fresca</p>
12	13	14	15	16
<p>FESTIU</p>	<p>Coca de verdures i formatge casolana</p> <p>Lleties estofades amb pastanaga</p> <p>-</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	<p>Crema de cigrons amb crostons</p> <p>Croquetes d'espínacs fregides</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc/integral i fruita fresca</p>	<p>Arròs saltat amb xampinyons</p> <p>Lluç al forn amb salsa de llimona</p> <p>Ceba brasejada</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	<p>Mongetes tendres amb patates al vapor</p> <p>Pernilets de pollastre halal al forn/planxa</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc/integral i fruita fresca</p>
19	20	21	22	23
<p>Arròs saltat amb pastanaga i carbassó</p> <p>Lluç al forn/planxa</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc/integral i fruita fresca</p>	<p>Mongetes seques estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	<p>Coliflor al vapor amb patates</p> <p>Hamburguesa vegetal al forn/planxa</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc/integral i iogurt natural</p>	<p>Sopa casolana de verdures amb fideus integrals</p> <p>Cigrons estofats amb pastanaga</p> <p>-</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	<p>Crema de verdures amb crostons</p> <p>Salmó al forn/planxa</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc/integral i iogurt natural</p>
26	27	28	29	 <p>MENÚ CASTANYADA</p> <p>Crema de carbassa amb crostons</p> <p>Mandonguilles vegetals amb xampinyons</p> <p>-</p> <p>Pa blanc/integral i natilles de xocolata</p>
<p>Mongetes tendres amb patates al vapor</p> <p>Lleties estofades amb arròs</p> <p>-</p> <p>Pa blanc/integral i fruita fresca</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Enciam i remolatxa</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	<p>Amanida variada amb pebrot verd (enciam, tomàquet, pastanaga)</p> <p>Cigrons estofats amb patates</p> <p>-</p> <p>Pa blanc/integral i fruita fresca</p>	<p>Macarrons integrals saltats amb xampinyons</p> <p>Abadejo al forn/planxa</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa integral i fruita fresca</p>	

La ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure, respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprenre jugant és més divertit! El migdia és el nostre moment per riure i descobrir junts.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS

 
Si a l'escola el primer plat era...


Verdura

Pasta/Arròs

Llegums

>
>
>

 
Per sopar pot ser...


Pasta/Arròs

Verdura

Verdura

Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

 
Si a l'escola el segon plat era...


Ou

Peix

Llegums

Carn

>
>
>
>

 
Per sopar pot ser...


Carn

Ou

Peix

Ou

Peix


Fruita

>


Lacti

Listat d'al·lèrgens per plat per al Menú Halal

Els al·lèrgens han estat indicats abans de la compra dels ingredients, però podrien variar segons canvis en proveïdors, productes o disponibilitat. La informació actualitzada estarà disponible cada dia en el menjador.

Dieta	Setmana	Día	Ordre	Plat	GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LIGES	CRUSTACIS	CACAUETS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	FRAMUSSOS	SULFITS
Halal	Setmana 1	Dilluns	Primer	Bròquil amb patates saltat														1,4
			Segon	Hamburguesa vegetal al forn/planxa	1	2	3						9					
			Guarnició	Enciam i tomàquet														1,4
		Dimarts	Primer	Llenties estofades amb pastanaga	1													
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Enciam i olives														1,4
		Dimecres	Primer	Crema de carbassa rostida														1,4
			Segon	Contracuixa de pollastre halal al forn/planxa														
			Guarnició	Patata panadera al forn														1,4
		Dijous	Primer	Arròs caldós amb verdures (pastanaga, carb														
			Segon	Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàc									9					
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Macarrons integrals saltats amb xampinyon:	1								9		11			
			Segon	Rap a la bilbaïna (all i pebre vermell)				4	5									1,4
			Guarnició	Enciam i blat de moro														1,4
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Sopa casolana de verdures amb fideus integ	1								9		11	12		1,4
			Segon	Truita de patata i ceba			3											
			Guarnició	Enciam i tomàquet														1,4
		Dimarts	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Seitons arrebossats fregits	1	2	3	4	5				9		11			1,4
			Guarnició	Enciam i blat de moro														1,4
		Dimecres	Primer	Crema de carbassó amb crostons	1	2	3					8	9		11			1,4
			Segon	Espirals amb bolonyesa de llenties	1								9		11			
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Trinxat de col amb patates														1,4
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Xampinyons al forn/planxa														
		Divendres	Primer	Mongetes seques estofades amb verdures														1,4
			Segon	Hamburguesa vegetal al forn/planxa	1	2	3						9					
			Guarnició	Enciam i olives														1,4
	Setmana 3	Dilluns	Primer	-														
			Segon	-														
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Coca de verdures i formatge casolana	1	2	3						9					
			Segon	Llenties estofades amb pastanaga	1													
			Guarnició	-														
		Dimecres	Primer	Crema de cigrons amb crostons	1	2	3					8	9		11			1,4
			Segon	Croquetes d'espínacs fregides	1	2	3	4	5		7	8	9	10	11			1,4
			Guarnició	Enciam i olives														1,4
		Dijous	Primer	Arròs saltat amb xampinyons														
			Segon	Lluç al forn amb salsa de llimona	1			4	5				9					
			Guarnició	Ceba brasejada														
		Divendres	Primer	Mongetes tendres amb patates al vapor														1,4
			Segon	Pernilets de pollastre halal al forn/planxa														
			Guarnició	Enciam i tomàquet														1,4
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Arròs saltat amb pastanaga i carbassó														
			Segon	Lluç al forn/planxa				4	5									1,4
			Guarnició	Enciam i blat de moro														1,4
		Dimarts	Primer	Mongetes seques estofades amb verdures														1,4
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Enciam i tomàquet														1,4
		Dimecres	Primer	Coliflor al vapor amb patates														1,4
			Segon	Hamburguesa vegetal al forn/planxa	1	2	3						9					
			Guarnició	Enciam i olives														1,4
		Dijous	Primer	Sopa casolana de verdures amb fideus integ	1								9		11	12		1,4
			Segon	Cigrons estofats amb pastanaga														1,4
			Guarnició	-														
		Divendres	Primer	Crema de verdures amb crostons	1	2	3					8	9		11			1,4
			Segon	Salmó al forn/planxa				4	5									
			Guarnició	Enciam i pastanaga														1,4
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Mongetes tendres amb patates al vapor														1,4
			Segon	Llenties estofades amb arròs	1													
			Guarnició	-														
		Dimarts	Primer	Arròs amb salsa de tomàquet														
			Segon	Truita de carbassó			3											
			Guarnició	Enciam i remolatxa														1,4
		Dimecres	Primer	Amanida variada amb pebrot verd (enciam, t														1,4
			Segon	Cigrons estofats amb patates														1,4
			Guarnició	-														
		Dijous	Primer	Macarrons integrals saltats amb xampinyon:	1								9		11			
			Segon	Abadejo al forn/planxa				4	5									
			Guarnició	Enciam i olives														1,4
		Divendres	Primer	Crema de carbassa amb crostons	1	2	3					8	9		11			1,4
			Segon	Mandonguilles vegetals amb xampinyons									9					
			Guarnició	-														

a blanc/integral: gluten; Fruita fresca: no conté al·lèrgens; logurt: llet; Pa sense gluten: no conté al·lèrgens. logurt de soja: soja.