



## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



**NO GLUTEN**



DILLINS		1		DIMECRES		2		DIJOUS		3		DIVENDRES		4	
				Cigrons guisats (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de patata i ceba Saltejat de verdures Taronja				Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan				Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt			
DILLUNS		7		DIMARTS		8		DIMECRES		9		DIJOUS		10	
Crema de pastanaga Macarrons s/g amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Mongeta tendra amb patata Mandonguilles (carn de porc i vedella ) amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa de brou amb fideus S/G Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons a la Riojana (verdures i xoriç) Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural							
DILLUNS		14		DIMARTS		15		DIMECRES		16		DIJOUS		17	
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma		Crema de patata i pastanaga Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta S/G amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera		Cigrons amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan							
DILLUNS		21		DIMARTS		22		DIMECRES		23		DIJOUS		24	
Mongeta tendra i patata Escalopa de pollastre (a farina de blat de moro) Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives logurt natural		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera		Crema de carbassó Espaguetis (S/G) amb bolonyesa de pèsols Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja							
DILLUNS		28		DIMARTS		29		DIMECRES		30		<p><small>* Els aliments estan congelats amb data de caducitat i expiració de 12 mesos a partir de la data de congelació. L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.</small></p>			
Fideus (S/G) a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa amb pernil dolç Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera											





## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



**NO CARN**



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Falafels Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Plàtan		Mongeta tendra i patata Mandonguilles de lluç amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa de brou vegetal amb fideus Truita de patata i ceba Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma		Crema de patata i pastanaga Falafels de cigrons al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Truita francesa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Filet de gallineta al forn amb mossets de patata Plàtan						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Filet de lluç arrebossat Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives logurt natural		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa vegetal Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera		Crema de carbassó Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Pera						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Lluç a la planxa Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Hamburguesa de verdures amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera										



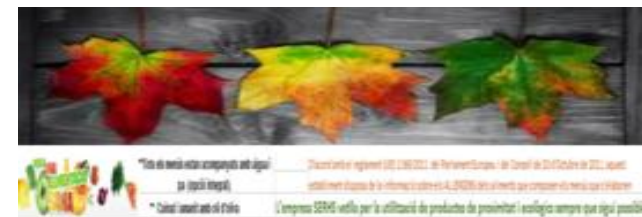
# MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



OVOLACTEOVEGETARIA



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
<b>FESTA</b>			Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Trita de patata i ceba Saltejat de verdures Taronja			Crema d'hortalisses de temporada Falafels Enciam i pipes Plàtan			Arròs amb salsa de tomàquet Trita francesa Enciam i olives logurt natural					
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja			Arròs amb salsa de tomàquet Trita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Plàtan			Mongeta tendra i patata Falafels amb salsa i xampinyons Kiwi			Sopa de brou vegetal amb fideus Trita de patata i ceba Enciam, blat de moro i olives Poma			Cigrons amb verdures Rotllet de primavera Enciam i tomàquet logurt natural		
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Trita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma			Crema de patata i pastanaga Falafels de cigrons al forn Enciam i cogombre Mandarina			Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Hamburguesa de coliflor i formatge Enciam i pastanaga Pera			Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Trita francesa Enciam, blat de moro i olives logurt natural			Sopa de verdures i fideus Pèsols saltejats amb ceba amb mossets de patata Plàtan		
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Falafels amb tomàquet Enciam i pinya Macedònia de fruites			Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Trita de francesa Enciam, brots de soja i olives logurt natural			Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa vegetal Enciam i tomàquet Poma			Crema de verdures de temporada Fesols guisats amb hortalisses (tomàquet, pastanaga, ceba i pebrot) Pera			Crema de carbassó Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja		
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Trita francesa amb formatge Amanida verda Pinya en el seu suc			Espinacs saltejats a l'allet Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Enciam i cogombre Platan			Crema de carbassa Hamburguesa de verdures amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera								





## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO PEIX



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Trita de patata i ceba Saltejat de verdures Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de galli d'indi amb salsa de ceba i pèsols logurt						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Trita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Mongeta tendra i patata Mandonguilles d'au amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa de brou amb julinana de verdures Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons a la Riojana (verdures i xoriç) Trita francesa Amanida variada logurt natural						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Trita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma		Crema de patata i pastanaga Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Llom a la planxa Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de brou amb fideus Vedella estofada amb mussets de patata Plàtan						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Llibrets de gall dindi i formatge Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Trita francesa Enciam, brots de soja i olives Taronja		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella Bistec de pollastre al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Crema de carbassó Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Trita francesa amb pernil dolç Amanida verda Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera										



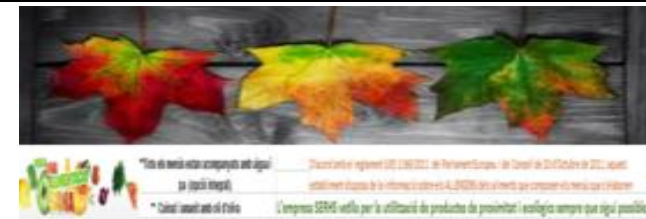
## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO OU



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				Llenties guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures)		Crema d'hortalisses de temporada		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt						
				Lluç a la planxa		Cuixetes de pollastre al forn								
				Saltejat de verdures		Enciam i blat de moro								
				Taronja		Plàtan								
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga		Arròs amb salsa de tomàquet		Mongeta tendra i patata		Sopa de brou amb fideus S/OU		Cigrons a la riojana						
Macarrons s/ou amb bolonyesa de llenties		Filet de gallineta al forn		Mandonguilles d'au amb salsa i xampinyons		Bistec de pollastre al forn		(verdures i xoriç)						
Amanida verda		Enciam, cogombre i pastanaga		Kiwi		Enciam, blat de moro i olives		Filet de lluç al forn						
Taronja		Plàtan				Poma		Enciam i tomàquet						
								logurt natural						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot)		Crema de patata i pastanaga		Tirabuixons de pasta S/OU amb salsa de tomàquet		Llenties amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)		Sopa de peix (cap de rap)						
Llom a la planxa		Pernilets de pollastre al forn		Lluç al forn		Salsitxes d'au		Vedella estofada amb mossets de patata						
Enciam, tomàquet amanit i soja		Enciam i cogombre		Enciam i pastanaga		Enciam, blat de moro i olives		Plàtan						
Poma		Mandarina		Pera		logurt natural								
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates)		Estofat de patates i costella		Crema de carbassó						
Escalopa de pollastre s/ou		Filet de lluç al forn		Hamburguesa de vedella		Cuetes de rap al forn amb		Espaguetis amb bolonyesa de llenties						
Enciam i pinya		Enciam, brots de soja i olives		Enciam i tomàquet		lilit de pèsols ceba		Enciam, tomàquet i pastanaga						
Macedònia de fruites		logurt natural		Poma		Pera		Pera						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus (s/ou) a la cassola (sofregit de verdures i pèsols)		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva		Crema de carbassa		Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet)		Pera						
Gall de St. Pere al forn		Pernilets de pollastre al forn												
Amanida verda		Enciam i cogombre												
Pinya en el seu suc		Plàtan												





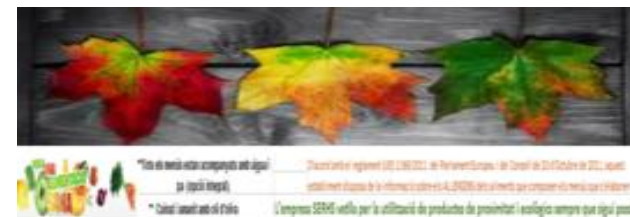
## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



**NO GLUTEN, NO OU**



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				Cigrons guisats (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Lluç a la planxa Saltejat de verdures Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuxetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons s/g-s/ou amb bolonyesa de lletíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta al forn Enciam, cogombre i pastanaga Plàtan		Mongeta tendra i patata Mandonguilles d'au amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa de brou amb fideus S/G S/OU Bistec de pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons a la riojana (verdures i xoriç) Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Llom a la planxa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma		Crema de patata i pastanaga Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta S/G S/OU amb salsa de tomàquet Lluç al forn Enciam i pastanaga Pera		Cigrons amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Escalopa de pollastre (a/afarina de blat de moro) Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Filet de lluç al forn Enciam, brots de soja i olives logurt natural		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Crema de carbassó Espaguetis (S/G)(S/OU) amb bolonyesa de pèsols Enciam, tomàquet i pastanaga Pera						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus (S/G) (s/ou) a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Gall de St. Pere al forn Tomàquet amanit Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera										





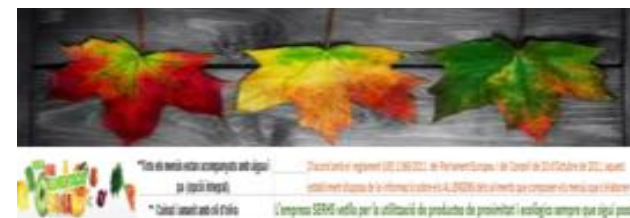
# MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



## FESTA

**NO LACTOSA**

DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
			Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures Taronja			Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan			Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt s/lactosa					
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja			Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan			Mongeta tendra i patata Mandonguilles (carn de porc i vedella) amb salsa i xampinyons Kiwi			Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma			Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural S/L		
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma			Crema de patata i pastanaga (S/L) Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina			Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera			Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural S/L			Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb patata Plàtan		
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Escalopa de pollastre (S/L) Enciam i pinya Macedònia de fruites			Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives logurt natural S/L			Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma			Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera			Crema de carbassó (S/L) Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja		
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa amb pernil dolç Pinya en el seu suc			Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Plàtan			Crema de carbassa S/L Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera								







## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022

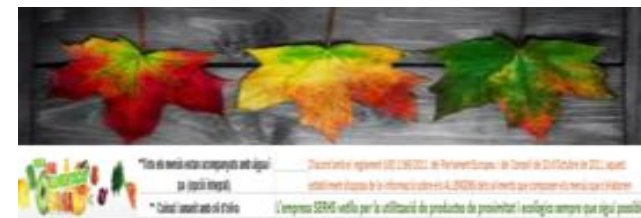


**NO GLUTEN, NO LACTOSA**



# FESTA

DILLINS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4		
		Cigrons guisats (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt s/lactosa			
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
Crema de pastanaga Macarrons s/g amb bolonyesa de llenties Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Mongeta tendra i patata Mandonguilles (carn de porc i vedella) amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa de brou amb fideus S/G Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural S/L	
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma		Crema de patata i pastanaga (S/L) Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta S/G amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera		Llenties amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural S/L		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb patata Plàtan	
DILLUNS	21	DIMARTS	22	DIMECRES	23	DIJOUS	24	DIVENDRES	25
Mongeta tendra i patata Escalopa de pollastre (a farina de blat de moro) Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives logurt natural S/L		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Crema de carbassó (S/L) Espaguetis (S/G) amb bolonyesa de pèsols Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja	
DILLUNS	28	DIMARTS	29	DIMECRES	30				
Fideus (S/G) a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa amb pernil dolç S/L Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/L Cap de llom a la planxa amb samfaina Pera					







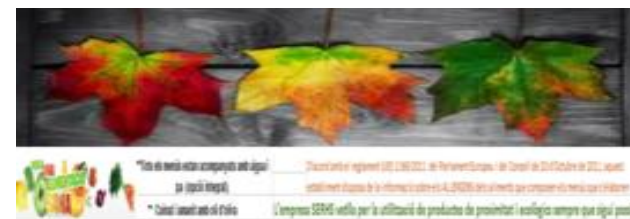
## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO PLV (NO VEDELLA)



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols Fruita del temps						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Mongeta tendra i patata Gall d'indi amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet Compota de fruita						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma		Crema de patata i pastanaga (S/LLET) Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives Compota de fruita		Sopa de peix (cap de rap) Gall dindi estofat amb patata Plàtan						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Escalopa de pollastre Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Mandarina		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Llom a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols i ceba Pera		Crema de carbassó S/LL Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Plàtan		Crema de carbassa S/LL Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera										





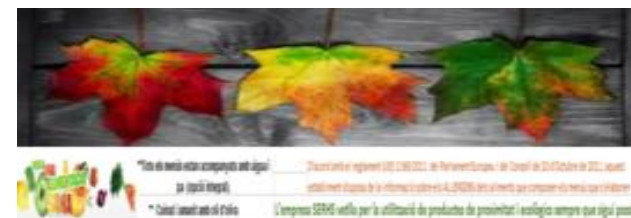
# MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO FRUITS SECS



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
<b>FESTA</b>			Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures Taronja			Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan			Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt					
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja			Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan			Mongeta tendra i patata Mandonguilles (carn de porc i vedella) amb salsa i xampinyons Kiwi			Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma			Cigrons a la Riojana (verdures i xoriç) Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural		
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma			Crema de patata i pastanaga Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina			Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera			Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural			Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan		
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata LLibrets de gall d'indi i formatge Enciam i pinya Macedònia de fruites			Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives logurt natural			Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma			Estofat de patates i costelles Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera			Crema de carbassó Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Pera		
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa amb pernil dolç Pinya en el seu suc			Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Platan			Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera								



\*Tots els menús estan escampats amb aigua!  
 \*Tots els menús estan escampats amb aigua!  
 \*Tots els menús estan escampats amb aigua!  
 \*Tots els menús estan escampats amb aigua!



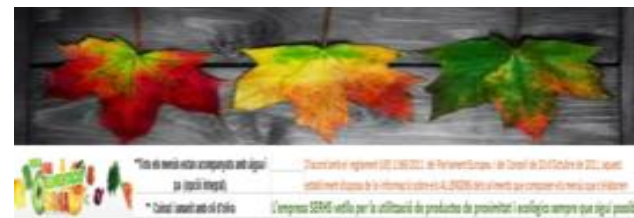
# MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO GLUTEN, PLV



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
<b>FESTA</b>			Cigrons guisats (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures Taronja			Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan			Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols Fruita del temps					
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja			Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan			Mongeta tendra i patata Gall d'indi amb salsa i xampinyons Kiwi			Sopa de brou (verdures) amb fideus S/G Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma			Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet Mandarines		
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma			Crema de patata i pastanaga (S/Llet) Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina			Tirabuixons de pasta S/G amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera			Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives Taronja			Sopa de peix (cap de rap) Estofat de gall dindi amb patata Plàtan		
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Escalopa de pollastre (aïfarina de blat de moro) Enciam i pinya Macedònia de fruites			Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Plàtan			Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Llom a la planxa Enciam i tomàquet Poma			Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera			Crema de carbassó (S/Llet) Espaguetis (S/G) amb bolonyesa de pèsols Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja		
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus (S/G) a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa Pinya en el seu suc			Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Plàtan			Crema de carbassa (S/Llet) Cap de llom a la planxa amb samfaina Pera								



\*Tots els menús estan acompanyats amb aigua  
 \*\*Calent i amb oli d'oliva  
 \*Calent i amb oli d'oliva  
 El menú està preparat amb ingredients frescos i de temporada.  
 El menú està preparat amb ingredients frescos i de temporada.  
 El menú està preparat amb ingredients frescos i de temporada.




## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO PLV (SI VEDELLA), OU



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
<b>FESTA</b>			Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Lluç al forn Saltejat de verdures Taronja			Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan			Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols Fruita del temps					
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons (s/ou) amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja			Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta al forn Enciam, cogombre i pastanaga Platan			Mongeta tendra i patata Mandonguilles (carn de porc i vedella) amb salsa i xampinyons Kiwi			Sopa de brou amb fideus S/OU Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma			Cigrons amb verdures Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet Mandarina		
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Llom a la planxa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma			Crema de patata i pastanaga (S/LLET) Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina			Tirabuixons S/OU de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera			Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives Taronja			Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb patata Plàtan		
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongetes tendres i patata Escalopa de pollastre (s/llet,s/ou) Enciam i pinya Macedònia de fruites			Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Filet de lluç al forn Enciam, brots de soja i olives Plàtan			Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma			Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera			Crema de carbassó (s/llet) Espaguetis S/OU amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja		
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus (s/ou) a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Llom a la planxa Pinya en el seu suc			Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Plàtan			Crema de carbassa S/LL Cap de llom a la planxa amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera								



## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO VEDELLA, FRUITA



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de patata i ceba Saltejat de verdures Làctic		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Làctic		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols Làctic						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Làctic		Mongeta tendra i patata Gall d'indi amb salsa i xampinyons Làctic		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Làctic		Cigrons a la Riojana (verdures i xoric) Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet Làctic						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Làctic		Crema de patata i pastanaga Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Làctic		Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Làctic		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives Làctic		Sopa de peix (cap de rap) Gall dindi estofat amb mossets de patata Làctic						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Llibrets de gall d'indi i formatge Enciam i pinya Làctic		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives Làctic		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Llom a la planxa Enciam i tomàquet Làctic		Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Làctic		Crema de carbassó Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Làctic						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa amb pernil dolç Làctic		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Làctic		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Làctic										







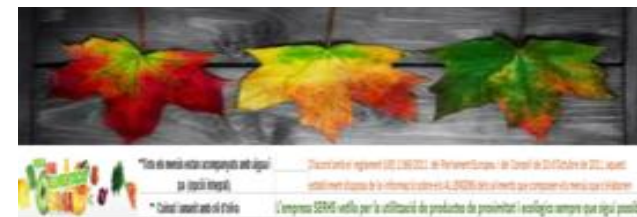
## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



**NO LLEGUMS, OU**



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
		<b>FESTA</b>		Patates guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Lluç a la planxa Saltejat de verdures* Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba logurt						
				Patates guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Lluç a la planxa Saltejat de verdures* Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba logurt						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llenties Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta al forn Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Mongeta tendra i patata Bistec d'au amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa de brou amb fideus (s/ou) Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Patates estofades (verdures) Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Lluç al forn Enciam, tomàquet amanit Poma		Crema de patata i pastanaga Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons (s/ou) de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera		Patates guisades amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Lluc a la planxa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata Escalopa de pollastre (in situ)(s/ou) Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Lluç al forn Enciam i olives logurt natural		Macarrons (s/ou) amb verdures (ceba, verdures, espinacs i patates) Vedella a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb lilit de ceba Pera		Crema de carbassó Espaguetis (s/ou) amb salsa de tomàquet i gall dindi Enciam, tomàquet i pastanaga Taronja						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus (s/ou) a la cassola (sofregit de verdures i gall dindi) Lluç al forn Pinya en el seu suc		Patata bullida amb oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera										





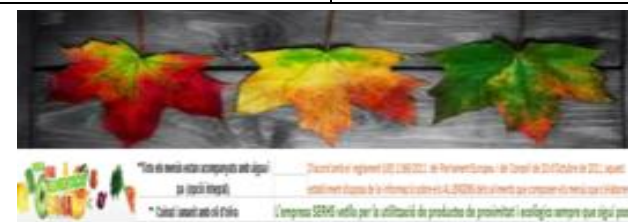
# MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



**NO SOJA, FS, SÍNDRIA, MELÓ, KIWI**



DILLINS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4		
		Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures* Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt			
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Mongeta tendra i patata Mandonguilles (carn de porc i vedella) amb salsa i xampinyons Fruita del temps*		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons a la Riojana (verdures i xoriç) Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja** Poma		Crema de patata i pastanaga Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Llom a la planxa Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de peix (cap de rap) Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan	
DILLUNS	21	DIMARTS	22	DIMECRES	23	DIJOUS	24	DIVENDRES	25
Bròquil amb patates i ceba Escalopa de pollastre Enciam i pinya Fruita del temps*		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja** i olives Taronja		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Vedella a la planxa Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella <b>Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba</b> Pera		Espaguetis amb xampinyons Cuetes de rap al forn amb lilit de pèsols ceba Pera	
DILLUNS	28	DIMARTS	29	DIMECRES	30				
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa amb pernil dolç Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera					



\* NO síndria, meló i kiwi. \*\* Brots de Judia Mungo



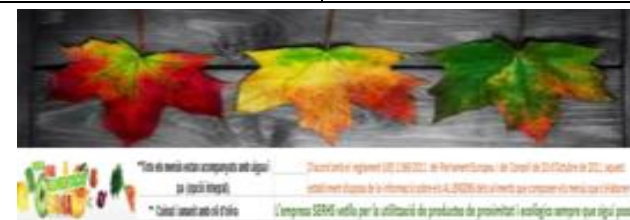
# MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



SENSE MARISC



DILLINS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4		
		<p>Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures)</p> <p>Truita de tonyina</p> <p>Saltejat de verdures</p> <p>Taronja</p>		<p>Crema d'hortalisses de temporada</p> <p>Cuixetes de pollastre al forn</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Plàtan</p>		<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt</p>			
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
<p>Crema de pastanaga</p> <p>Macarrons amb bolonyesa de llentíes</p> <p>Amanida verda</p> <p>Taronja</p>		<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Enciam, cogombre i pastanaga</p> <p>Platan</p>		<p>Mongeta tendra i patata</p> <p>Mandonguilles (carn de porc i vedella)</p> <p>amb salsa i xampinyons</p> <p>Kiwi</p>		<p>Sopa de brou amb fideus</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Enciam, blat de moro i olives</p> <p>Poma</p>		<p>Cigrons a la Riojana (verdures i xoriç)</p> <p>Filet de lluç al forn</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>logurt natural</p>	
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
<p>Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot)</p> <p>Truita francesa</p> <p>Enciam, tomàquet amanit i soja</p> <p>Poma</p>		<p>Crema de patata i pastanaga</p> <p>Pernillets de pollastre al forn</p> <p>Enciam i cogombre</p> <p>Mandarina</p>		<p>Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet</p> <p>Gall de St. Pere al forn</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pera</p>		<p>Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)</p> <p>Salsitxes d'au</p> <p>Enciam, blat de moro i olives</p> <p>logurt natural</p>		<p>Sopa de brou amb fideus</p> <p>Vedella estofada amb mossos de patata</p> <p>Plàtan</p>	
DILLUNS	21	DIMARTS	22	DIMECRES	23	DIJOUS	24	DIVENDRES	25
<p>Mongeta tendra i patata</p> <p>LLibrets de gall d'indi i formatge</p> <p>Enciam i pinya</p> <p>Macedònia de fruites</p>		<p>Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa</p> <p>Truita de tonyina</p> <p>Enciam, brots de soja i olives</p> <p>logurt natural</p>		<p>Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates)</p> <p>Hamburguesa de vedella</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Poma</p>		<p>Estofat de patates i costella</p> <p><b>Cuetes de rap al forn amb</b></p> <p><b>llit de pèsols ceba</b></p> <p>Pera</p>		<p>Crema de carbassó</p> <p>Espaguetis amb bolonyesa de llentíes</p> <p>Enciam, tomàquet i pastanaga</p> <p>Pera</p>	
DILLUNS	28	DIMARTS	29	DIMECRES	30				
<p>Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols)</p> <p>Truita francesa amb pernil dolç</p> <p>Pinya en el seu suc</p>		<p>Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva</p> <p>Estofat de gall dindi</p> <p>Enciam i cogombre</p> <p>Platan</p>		<p>Crema de carbassa</p> <p>Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet)</p> <p>Pera</p>					



\* NO prèsec.



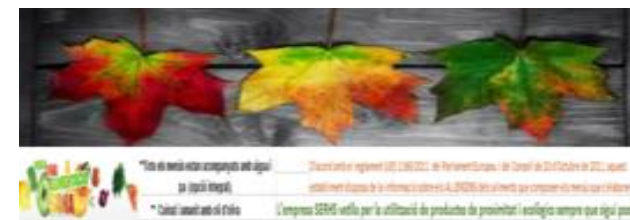
## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO CUSTACIS



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				Llentíes guisades (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) Truita de tonyina Saltejat de verdures Taronja		Crema d'hortalisses de temporada Cuixetes de pollastre al forn Enciam i blat de moro Plàtan		Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gallineta amb salsa de ceba i pèsols logurt						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
Crema de pastanaga Macarrons amb bolonyesa de llentíes Amanida verda Taronja		Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam, cogombre i pastanaga Platan		Mongeta tendra i patata Mandonguilles (carn de porc i vedella) amb salsa i xampinyons Kiwi		Sopa de brou amb fideus Pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Poma		Cigrons a la Riojana (verdures i xoric) Filet de lluç al forn Enciam i tomàquet logurt natural						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
Arròs a la pagesa (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) Truita francesa Enciam, tomàquet amanit i soja Poma		Crema de patata i pastanaga Pernilets de pollastre al forn Enciam i cogombre Mandarina		Tirabuixons de pasta amb salsa de tomàquet Gall de St. Pere al forn Enciam i pastanaga Pera		Llentíes amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) Salsitxes d'au Enciam, blat de moro i olives logurt natural		Sopa de brou amb fideus Vedella estofada amb mossets de patata Plàtan						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
Mongeta tendra i patata LLibrets de gall d'indi i formatge Enciam i pinya Macedònia de fruites		Arròs amb salsa de tomàquet i remolatxa Truita de tonyina Enciam, brots de soja i olives logurt natural		Cigrons guisats amb espinacs (ceba, verdures, espinacs i patates) Hamburguesa de vedella Enciam i tomàquet Poma		Estofat de patates i costella Cuetes de rap al forn amb llit de pèsols ceba Pera		Crema de carbassó Espaguetis amb bolonyesa de llentíes Enciam, tomàquet i pastanaga Pera						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
Fideus a la cassola (sofregit de verdures i pèsols) Truita francesa amb pernil dolç Pinya en el seu suc		Mongeta blanca amb patata i oli d'oliva Estofat de gall dindi Enciam i cogombre Platan		Crema de carbassa Cap de llom amb samfaina (pebrot, ceba, albergínia, carbassó i tomàquet) Pera										





## MENU ESCOLES TERRASSA NOVEMBRE 2022



NO CIGRONS



DILLINS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4			
				<b>Lenties guisades</b> (sofregit de tomàquet, ceba i verdures) <b>Truita de tonyina</b> <b>Saltejat de verdures</b> <b>Taronja</b>		<b>Crema d'hortalisses de temporada</b> <b>Cuixetes de pollastre al forn</b> <b>Enciam i blat de moro</b> <b>Plàtan</b>		<b>Arròs amb salsa de tomàquet</b> <b>Filt de gallineta amb</b> <b>salsa de ceba i pèsols</b> <b>logurt</b>						
DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11
<b>Crema de pastanaga</b> <b>Macarrons amb bolonyesa</b> <b>de lenties</b> <b>Amanida verda</b> <b>Taronja</b>		<b>Arròs amb salsa de tomàquet</b> <b>Truita de carbassó</b> <b>Enciam, cogombre i pastanaga</b> <b>Platan</b>		<b>Mongeta tendra i patata</b> <b>Mandonguilles</b> (carn de porc i vedella) <b>amb salsa i xampinyons</b> <b>Kiwi</b>		<b>Sopa amb juliana de verdures</b> <b>Pollastre al forn</b> <b>Enciam, blat de moro i olives</b> <b>Poma</b>		<b>Lenties a la Riojana</b> (verdures i xoriç) <b>Filet de lluç al forn</b> <b>Enciam i tomàquet</b> <b>logurt natural</b>						
DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18
<b>Arròs a la pagesa</b> (sofregit de ceba, porro, carbassa, pebrot) <b>Truita francesa</b> <b>Enciam, tomàquet amanit i soja</b> <b>Poma</b>		<b>Crema de patata i pastanaga</b> <b>Pernilets de pollastre al forn</b> <b>Enciam i cogombre</b> <b>Mandarina</b>		<b>Tirabuixons de pasta</b> <b>amb salsa de tomàquet</b> <b>Gall de St.Pere al forn</b> <b>Enciam i pastanaga</b> <b>Pera</b>		<b>Lenties amb verdures</b> (ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot) <b>Salsitxes d'au</b> <b>Enciam, blat de moro i olives</b> <b>logurt natural</b>		<b>Sopa de peix</b> (cap de rap) <b>Vedella estofada (eudec)</b> <b>amb mossets de patata</b> <b>Plàtan</b>						
DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25
<b>Mongeta tendra i patata</b> <b>LLibrets de gall d'indi i</b> <b>formatge</b> <b>Enciam i pinya</b> <b>Macedònia de fruites</b>		<b>Arròs amb salsa de</b> <b>tomàquet i remolatxa</b> <b>Truita de tonyina</b> <b>Enciam, brots de soja i olives</b> <b>logurt natural</b>		<b>Mongetes seques guisades</b> <b>amb espinacs</b> (ceba, verdures, espinacs i patates) <b>Hamburguesa de vedella</b> <b>Enciam i tomàquet</b>		<b>Estofat de patates i costella</b> <b>Cuetes de rap al forn amb</b> <b>lliit de pèsols ceba</b> <b>Pera</b>		<b>Crema de carbassó</b> <b>Espaguetis amb bolonyesa de</b> <b>llenties</b> <b>Enciam, tomàquet i pastanaga</b> <b>Taronja</b>						
DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30						
<b>Fideus a la cassola</b> (sofregit de verdures i pèsols) <b>Truita francesa amb pernil dolç</b> <b>Pinya en el seu suc</b>		<b>Mongeta blanca amb</b> <b>patata i oli d'oliva</b> <b>Estofat de gall d'indi</b> <b>Enciam i cogombre</b> <b>Platan</b>		<b>Crema de carbassa</b> <b>Cap de llom amb</b> <b>samfaina (pebrot, ceba,</b> <b>alberginia, carbassó i tomàquet)</b> <b>Pera</b>										

