

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no gluten

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Puré de carbassa <b>1</b> i pastanaga Trita de <b>pernil*</b> i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural</p>	<p><b>2</b> Arròs a les fines herbes Calamars guisats Fruita del temps</p>	<p><b>3</b> Sopa de brou amb <b>fideus#</b> Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps</p>	<p><b>4</b> Espinacs amb patata Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p><b>5</b> Mongetes blanques estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>
<p>Bròquil amb patata <b>8</b> <b>Palometa arrebossada#</b> i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p><b>9</b> Arròs amb salsa de tomàquet Trita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural</p>	<p><b>10</b> <b>Macarrons#</b> amb verdures i curri Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps</p>	<p><b>11</b> <b>FESTA</b></p>	<p><b>12</b> <b>FESTA</b></p>
<p>Llenties estofades amb hortalisses <b>15</b> <b>Fricandó de vedella*</b> i amanida d'enciam i germinats logurt natural</p>	<p><b>16</b> Mongeta tendra amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps</p>	<p><b>17</b> Cigrons amb picada d'all i julivert Trita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p><b>18</b> Sopa de brou amb arròs <b>Salsitxes de porc*</b> al forn i guarnició de puré de patata Fruita del temps</p>	<p><b>19</b> <b>Espaguetis#</b> al pesto Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>
<p><b>22</b> Arròs amb calamars Trita de <b>pernil*</b> i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p><b>23</b> <b>Espaguetis#</b> amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps</p>	<p><b>24</b> Bledes amb patata Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p><b>25</b> Escudella barrejada <b>(amb fideus#)</b> Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps</p>	<p><b>26</b> Trinxat de col i patata <b>(bacon*)</b> <b>Fogoner arrebossat#</b> i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural</p>
<p>Llenties estofades amb hortalisses <b>29</b> Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</p>	<p><b>30</b> Arròs amb verduretes Rap a la marinera Fruita del temps</p>	<p><b>31</b> Crema de xampinyons <b>Botifarra de porc*</b> i amanida d'enciam i col llombarda <b>Natilles*</b></p>	<p><b>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.</b></p>	<p><b>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.</b> <b>*Plat o producte sense gluten, ni traces.</b> <b>#Producte especial sense gluten.</b></p>

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no gluten, PLV ni glutamats

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Puré de carbassa i pastanaga*</b> <b>1</b></p> <p>Trita a la francesa i amanida d'enciam i tomàquet</p> <p><b>logurt de soja#</b></p>	<p><b>Arròs a les fines herbes (sense formatge) Calamars guisats Fruita del temps</b> <b>2</b></p>	<p><b>Sopa de brou amb fideus#</b> <b>3</b></p> <p>Bròtola al forn amb patata panadera</p> <p>Fruita del temps</p>	<p><b>Espinacs amb patata Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</b> <b>4</b></p>	<p><b>Mongetes blanques estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</b> <b>5</b></p>
<p><b>Bròquil amb patata Palometa arrebossada# i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</b> <b>8</b></p>	<p><b>Arròs amb salsa de tomàquet casolana Trita de patates i amanida d'enciam logurt de soja#</b> <b>9</b></p>	<p><b>Macarrons# amb verdures i curri Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps</b> <b>10</b></p>	<p><b>FESTA</b> <b>11</b></p>	<p><b>FESTA</b> <b>12</b></p>
<p><b>Llenties estofades amb hortalisses Fricandó de vedella* i amanida d'enciam i germinats logurt de soja#</b> <b>15</b></p>	<p><b>Mongeta tendra amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps</b> <b>16</b></p>	<p><b>Cigrons amb picada d'all i julivert Trita a la francesa i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</b> <b>17</b></p>	<p><b>Sopa de brou amb arròs Llom a la planxa i guarnició de puré de patata Fruita del temps</b> <b>18</b></p>	<p><b>Espaguetis# amb orenga Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps</b> <b>19</b></p>
<p><b>Arròs amb calamars Trita a la francesa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</b> <b>22</b></p>	<p><b>Espaguetis# amb salsa de tomàquet casolana Lluç amb salsa de xampinyons* Fruita del temps</b> <b>23</b></p>	<p><b>Bledes amb patata Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</b> <b>24</b></p>	<p><b>Escudella barrejada (amb fideus#) Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps</b> <b>25</b></p>	<p><b>Trinxat de col i patata (sense bacon) Fogoner arrebossat# i amanida d'enciam i blat de moro logurt de soja#</b> <b>26</b></p>
<p><b>Llenties estofades amb hortalisses Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</b> <b>29</b></p>	<p><b>Arròs amb verdures Rap a la marinera Fruita del temps</b> <b>30</b></p>	<p><b>Crema de xampinyons (sense llet) Llom a la planxa i amanida d'enciam i col llombarda logurt de soja#</b> <b>31</b></p>	<p><b>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.</b></p>	<p><b>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense gluten, PLV, ni traces. #Producte especial sense gluten ni PLV.</b></p>

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no PLV-lactosa

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Puré de carbassa i pastanaga*</b> <b>1</b></p> <p>Trita a la francesa i amanida d'enciam i tomàquet</p> <p><b>logurt de soja#</b></p>	<p><b>Arròs a les fines herbes (sense formatge) Calamars guisats Fruita del temps</b> <b>2</b></p>	<p><b>Sopa torrada amb pilotilles*</b> <b>3</b></p> <p>Bròtola al forn amb patata panadera</p> <p>Fruita del temps</p>	<p><b>Espinacs amb patata Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</b> <b>4</b></p>	<p><b>Mongetes blanques estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</b> <b>5</b></p>
<p><b>Bròquil amb patata Palometa arrebossada# i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</b> <b>8</b></p>	<p><b>Arròs amb salsa de tomàquet Trita de patates i amanida d'enciam i olives logurt de soja#</b> <b>9</b></p>	<p><b>Cuscús amb verdures i curri Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps</b> <b>10</b></p>	<p><b>FESTA</b> <b>11</b></p>	<p><b>FESTA</b> <b>12</b></p>
<p><b>Llenties estofades amb hortalisses Fricandó de vedella i amanida d'enciam i germinats logurt de soja#</b> <b>15</b></p>	<p><b>Mongeta tendra amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps</b> <b>16</b></p>	<p><b>Cigrons amb picada d'all i julivert Trita a la francesa i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</b> <b>17</b></p>	<p><b>Sopa de brou amb arròs Salsitxes de porc* al forn i guarnició de puré de patata Fruita del temps</b> <b>18</b></p>	<p><b>Tallarines amb orenga Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps</b> <b>19</b></p>
<p><b>Arròs amb calamars Trita a la francesa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</b> <b>22</b></p>	<p><b>Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps</b> <b>23</b></p>	<p><b>Bledes amb patata Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</b> <b>24</b></p>	<p><b>Escudella barrejada Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps</b> <b>25</b></p>	<p><b>Trinxat de col i patata (amb embotit de gall dindi#) Fogoner arrebossat# i amanida d'enciam i blat de moro logurt de soja#</b> <b>26</b></p>
<p><b>Llenties estofades amb hortalisses Pollastre a la xinesa* i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</b> <b>29</b></p>	<p><b>Arròs amb verduretes Rap a la marinera Fruita del temps</b> <b>30</b></p>	<p><b>Crema de xampinyons (sense llet) Botifarra de porc* i amanida d'enciam i col llombarda logurt de soja#</b> <b>31</b></p>	<p><b>No es fa servir pa ratllat, pot contenir traces de PLV. Arrebossats enfarinats amb pa ratllat sense gluten.</b></p>	<p><b>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense PLV, ni traces. #Producte especial sense PLV.</b></p>

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no PLV (no vedella), ou

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Puré de carbassa i pastanaga*</b> <b>1</b></p> <p>Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet <b>logurt de soja#</b></p>	<p><b>Arròs a les fines herbes (sense formatge) Calamars guisats Fruita del temps</b> <b>2</b></p>	<p><b>Brou vegetal amb fideus#</b> <b>3</b></p> <p>Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps</p>	<p><b>Espinacs amb patata Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</b> <b>4</b></p>	<p><b>Mongetes blanques estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</b> <b>5</b></p>
<p><b>Bròquil amb patata Palometa arrebossada# i</b> <b>8</b></p> <p>amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p><b>Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre a la planxa i amanida d'enciam i olives logurt de soja#</b> <b>9</b></p>	<p><b>Cuscús amb verdures i curri Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps</b> <b>10</b></p>	<p><b>FESTA</b> <b>11</b></p>	<p><b>FESTA</b> <b>12</b></p>
<p><b>Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i germinats logurt de soja#</b> <b>15</b></p>	<p><b>Mongeta tendra amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps</b> <b>16</b></p>	<p><b>Cigrons amb picada d'all i julivert Lluç a la planxa i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</b> <b>17</b></p>	<p><b>Brou vegetal amb arròs Salsitxes de porc* al forn i guarnició de puré de patata Fruita del temps</b> <b>18</b></p>	<p><b>Fideus# amb orenga Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps</b> <b>19</b></p>
<p><b>Arròs amb calamars Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</b> <b>22</b></p>	<p><b>Espaguetis# amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps</b> <b>23</b></p>	<p><b>Bledes amb patata Daus de gall dindi a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</b> <b>24</b></p>	<p><b>Escudella barrejada (brou vegetal) Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps</b> <b>25</b></p>	<p><b>Trinxat de col i patata (amb embotit de gall dindi#) Fogoner arrebossat# i amanida d'enciam i blat de moro logurt de soja#</b> <b>26</b></p>
<p><b>Llenties estofades amb hortalisses Pollastre a la xinesa* i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</b> <b>29</b></p>	<p><b>Arròs amb verdures Rap a la marinera Fruita del temps</b> <b>30</b></p>	<p><b>Crema de xampinyons (sense llet) Botifarra de porc* i amanida d'enciam i col llombarda logurt de soja#</b> <b>31</b></p>	<p><b>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs, que no conté traces d'ou. *Plat o producte sense PLV, ou, ni traces. #Producte especial sense PLV ni ou.</b></p>	<p><b>No es fa servir pa ratllat, pot contenir traces de PLV. Arrebossats enfarinats amb pa ratllat sense gluten</b></p>

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Puré de carbassa i pastanaga Truita d'embotit de gall dindi i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural <b>1</b>	Arròs a les fines herbes Calamars guisats Fruita del temps <b>2</b>	Sopa torrada amb pilotilles de vedella Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps <b>3</b>	Espinacs amb patata Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps <b>4</b>	Mongetes blanques estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps <b>5</b>
Bròquil amb patata Palometa arrebossada i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps <b>8</b>	Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural <b>9</b>	Cuscús amb verdures i curri Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps <b>10</b>	<b>11</b> <b>FESTA</b>	<b>12</b> <b>FESTA</b>
Llenties estofades amb hortalisses Fricandó de vedella i amanida d'enciam i germinats logurt natural <b>15</b>	Mongeta tendra amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps <b>16</b>	Cigrons amb picada d'all i julivert Truita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps <b>17</b>	Sopa de brou amb arròs Gall dindi a la planxa i guarnició de puré de patata Fruita del temps <b>18</b>	Tallarines al pesto Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps <b>19</b>
Arròs amb calamars Truita d'embotit de gall dindi i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps <b>22</b>	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps <b>23</b>	Bledes amb patata Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps <b>24</b>	Escudella barrejada Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps <b>25</b>	Trinxat de col i patata (amb embotit de gall dindi) Seitan arrebossat casolà i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural <b>26</b>
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre a la xinesa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps <b>29</b>	Arròs amb verduretes Rap a la marinera Fruita del temps <b>30</b>	Crema de xampinyons Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i col llombarda Natilles <b>31</b>	<b>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.</b>	<b>Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.</b>

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no porc, llegum

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Puré de carbassa i pastanaga Truita a la francesa i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural <b>1</b>	Arròs a les fines herbes Calamars guisats (sense pèsols) Fruita del temps <b>2</b>	Sopa de brou amb pistons Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps <b>3</b>	Espinacs amb patata Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps <b>4</b>	Arròs blanc Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps <b>5</b>
Bròquil amb patata <b>Palometa arrebossada#</b> i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps <b>8</b>	Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural <b>9</b>	Cuscús amb verdures i curri (sense cacauets) Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps <b>10</b>	<b>11</b> <b>FESTA</b>	<b>12</b> <b>FESTA</b>
Arròs amb oli Fricandó de vedella** i amanida d'enciam logurt natural <b>15</b>	Espinacs amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps <b>16</b>	Espaguetis amb picada d'all i julivert Truita de formatge i amanida d'enciam Fruita del temps <b>17</b>	Sopa de brou amb arròs Gall dindi a la planxa i guarnició de puré de patata Fruita del temps <b>18</b>	Tallarines al pesto Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps <b>19</b>
Arròs amb calamars (sense pèsols) Truita a la francesa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps <b>22</b>	Espaguetis blancs amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps <b>23</b>	Bledes amb patata Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps <b>24</b>	Sopa de brou amb pistons Pollastre guisat amb hortalisses** Fruita del temps <b>25</b>	Trinxat de col i patata (sense bacon) <b>Fogoner arrebossat#</b> i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural <b>26</b>
Patates amb hortalisses** Pollastre a la planxa i amanida d'enciam Fruita del temps <b>29</b>	Arròs amb verdures** Rap a la marinera Fruita del temps <b>30</b>	Crema de xampinyons Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i col llombarda <b>Natilles*</b> <b>31</b>	<b>No es fa servir pa ratllat, pot contenir traces de soja. S'utilitza farina sense gluten. *Plat o producte sense llegum, ni traces. #Producte especial sense llegum.</b>	<b>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. **Plat sense pèsols, mongeta tendra, ni faves.</b>

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no fruits secs

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Puré de carbassa <b>1</b> i pastanaga Trita de <b>pernil*</b> i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural</p>	<p>Arròs a les fines herbes <b>2</b> Calamars guisats Fruita del temps</p>	<p>Sopa de brou <b>3</b> amb pistons Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps</p>	<p>Espinacs amb patata <b>4</b> Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>Mongetes blanques <b>5</b> estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>
<p>Bròquil amb patata <b>8</b> <b>Palometa arrebossada#</b> i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Arròs amb salsa <b>9</b> de tomàquet Trita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural</p>	<p>Cuscús amb verdures <b>10</b> i curri (sense panses) Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps</p>	<p><b>11</b> <b>FESTA</b></p>	<p><b>12</b> <b>FESTA</b></p>
<p>Llenties estofades <b>15</b> amb hortalisses Fricandó de vedella i amanida d'enciam i germinats logurt natural</p>	<p>Mongeta tendra <b>16</b> amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb picada <b>17</b> d'all i julivert Trita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>Sopa de brou <b>18</b> amb arròs <b>Salsitxes de porc*</b> al forn i guarnició de puré de patata Fruita del temps</p>	<p><b>Tallarines al pesto*</b> <b>19</b> Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>
<p>Arròs amb calamars <b>22</b> Trita de <b>pernil*</b> i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>Espaguetis integrals <b>23</b> amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps</p>	<p>Bledes amb patata <b>24</b> Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p><b>25</b> Escudella barrejada Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata <b>26</b> <b>(bacon*)</b> <b>Fogoner arrebossat#</b> i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural</p>
<p>Llenties estofades <b>29</b> amb hortalisses <b>Pollastre a la xinesa*</b> i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</p>	<p><b>30</b> Arròs amb verduretes Rap a la marinera Fruita del temps</p>	<p><b>31</b> Crema de xampinyons <b>Botifarra de porc*</b> i amanida d'enciam i col llombarda <b>Natilles*</b></p>	<p><b>No es fa servir pa ratllat, pot contenir traces de fruits secs. Arrebossats enfarinats amb pa ratllat sense gluten.</b></p>	<p><b>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense fruits secs, ni traces. #Producte especial sense fruits secs.</b></p>

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú ric en fibra

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Puré de carbassa <b>1</b> i pastanaga Trita de pernil i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural</p>	<p>Arròs integral <b>2</b> a les fines herbes Calamars guisats Fruita del temps</p>	<p>Sopa torrada <b>3</b> amb pilotilles Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps</p>	<p>Espinacs amb patata <b>4</b> Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>Mongetes blanques <b>5</b> estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>
<p>Bròquil amb patata <b>8</b> Palometa arrebossada i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Arròs integral <b>9</b> amb salsa de tomàquet Trita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural</p>	<p>Cuscús amb verdures <b>10</b> i curri Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps</p>	<p><b>11</b> <b>FESTA</b></p>	<p><b>12</b> <b>FESTA</b></p>
<p>Llenties estofades <b>15</b> amb hortalisses Fricandó de vedella i amanida d'enciam i germinats logurt natural</p>	<p>Mongeta tendra <b>16</b> amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb picada <b>17</b> d'all i julivert Trita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>Sopa de brou <b>18</b> amb arròs Salsitxes de porc al forn i guarnició de puré de patata Fruita del temps</p>	<p>Espaguetis integrals <b>19</b> al pesto Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>
<p>Arròs integral <b>22</b> amb calamars Trita de pernil i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>Espaguetis integrals <b>23</b> amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps</p>	<p>Bledes amb patata <b>24</b> Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Escudella barrejada <b>25</b> Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata <b>26</b> Seitan arrebossat casolà i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural</p>
<p>Llenties estofades <b>29</b> amb hortalisses Pollastre a la xinesa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</p>	<p>Arròs integral <b>30</b> amb verdures Rap a la marinera Fruita del temps</p>	<p><b>Àpat especial</b> <b>31</b> <b>Castanyada</b> Crema de xampinyons Botifarra de porc i amanida d'enciam i col llombarda Natilles</p>	<p><b>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.</b></p>	<p><b>Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.</b></p>





# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no vedella

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Puré de carbassa <b>1</b> i pastanaga Truita de pernil i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural</p>	<p>Arròs a les fines herbes <b>2</b> Calamars guisats Fruita del temps</p>	<p>Brou vegetal <b>3</b> amb fideus Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps</p>	<p>Espinacs amb patata <b>4</b> Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>Mongetes blanques <b>5</b> estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>
<p>Bròquil amb patata <b>8</b> Palometa arrebossada i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Arròs amb salsa <b>9</b> de tomàquet Truita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural</p>	<p>Cuscús amb verdures <b>10</b> i curri Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps</p>	<p><b>11</b> <b>FESTA</b></p>	<p><b>12</b> <b>FESTA</b></p>
<p>Llenties estofades <b>15</b> amb hortalisses Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i germinats logurt natural</p>	<p>Mongeta tendra <b>16</b> amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb picada <b>17</b> d'all i julivert Truita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>Brou vegetal <b>18</b> amb arròs Salsitxes de porc al forn i guarnició de puré de patata Fruita del temps</p>	<p>Tallarines al pesto <b>19</b> Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>
<p>Arròs amb calamars <b>22</b> Truita de pernil i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>Espaguetis integrals <b>23</b> amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps</p>	<p>Bledes amb patata <b>24</b> Daus de gall dindi a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Escudella barrejada <b>25</b> (brou vegetal) Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata <b>26</b> Seitan arrebossat casolà i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural</p>
<p>Llenties estofades <b>29</b> amb hortalisses Pollastre a la xinesa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</p>	<p>Arròs amb verdures <b>30</b> Rap a la marinera Fruita del temps</p>	<p>Crema de xampinyons <b>31</b> Botifarra de porc i amanida d'enciam i col llombarda Natilles</p>	<p><b>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.</b></p>	<p><b>Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.</b></p>



# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no bacallà ni cacauet

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Puré de carbassa <b>1</b> i pastanaga Trita de <b>pernil*</b> i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural</p>	<p>Arròs a les fines herbes <b>2</b> Calamars guisats Fruita del temps</p>	<p>Sopa de brou <b>3</b> amb fideus Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps</p>	<p>Espinacs amb patata <b>4</b> Llom de porc a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>Mongetes blanques <b>5</b> estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>
<p>Bròquil amb patata <b>8</b> Palometa arrebossada i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Arròs amb salsa <b>9</b> de tomàquet Trita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural</p>	<p>Cuscús amb verdures <b>10</b> i curri (sense cacauets) Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps</p>	<p><b>11</b> <b>FESTA</b></p>	<p><b>12</b> <b>FESTA</b></p>
<p>Llenties estofades <b>15</b> amb hortalisses Fricandó de vedella i amanida d'enciam i germinats logurt natural</p>	<p>Mongeta tendra <b>16</b> amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb picada <b>17</b> d'all i julivert Trita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>Sopa de brou <b>18</b> amb arròs Salsitxes de porc al forn i guarnició de puré de patata Fruita del temps</p>	<p>Tallarines al pesto <b>19</b> Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>
<p>Arròs amb calamars <b>22</b> Trita de <b>pernil*</b> i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>Espaguetis integrals <b>23</b> amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps</p>	<p>Bledes amb patata <b>24</b> Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Escudella barrejada <b>25</b> Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata <b>26</b> <b>(bacon*)</b> Seitan arrebossat casolà i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural</p>
<p>Llenties estofades <b>29</b> amb hortalisses Pollastre a la xinesa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps</p>	<p><b>30</b> Arròs amb verduretes Rap a la marinera Fruita del temps</p>	<p><b>Àpat especial</b> <b>31</b> <b>Castanyada</b> Crema de xampinyons <b>Botifarra de porc*</b> i amanida d'enciam i col llombarda Natilles</p>	<p><b>Pa integral un dia a la</b> <b>setmana. Ús exclusiu d'oli</b> <b>d'oliva per cuinar i amanir. Es</b> <b>donarà fruita o verdura</b> <b>ecològica un cop per setmana.</b></p>	<p><b>*Plat o producte sense</b> <b>bacallà, ou, llet de vaca, blat</b> <b>de moro, soja, cacauet ni</b> <b>traces.</b> <b>#Producte especial sense ou,</b> <b>llet de vaca, soja ni cacauet.</b></p>

# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no carn

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Puré de carbassa i pastanaga Truita a la francesa i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural <b>1</b>	Arròs a les fines herbes Calamars guisats Fruita del temps <b>2</b>	Brou vegetal amb fideus Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps <b>3</b>	Espinacs amb patata Truita de formatge i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps <b>4</b>	Mongetes blanques estofades amb hortalisses Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps <b>5</b>
Bròquil amb patata Palometa arrebossada i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps <b>8</b>	Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural <b>9</b>	Cuscús amb verdures i curri Lluç a la planxa amb guarnició de tomàquet al forn Fruita del temps <b>10</b>	<b>11</b> <b>FESTA</b>	<b>12</b> <b>FESTA</b>
Llenties estofades amb hortalisses Pannini vegetal logurt natural <b>15</b>	Mongeta tendra amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps <b>16</b>	Cigrons amb picada d'all i julivert Truita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps <b>17</b>	Brou vegetal amb arròs Lluç a la planxa i guarnició de puré de patata Fruita del temps <b>18</b>	Tallarines al pesto Truita a la francesa amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps <b>19</b>
Arròs amb calamars Truita de carbassó i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps <b>22</b>	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps <b>23</b>	Bledes amb patata Crema de llegums Fruita del temps <b>24</b>	Escudella barrejada (brou vegetal) Truita a la paisana amb guarnició de tomàquet amanit Fruita del temps <b>25</b>	Trinxat de col i patata (sense bacon) Seitan arrebossat casolà i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural <b>26</b>
Llenties estofades amb hortalisses Pannini de xampinyons Fruita del temps <b>29</b>	Arròs amb verdures Rap a la marinera Fruita del temps <b>30</b>	Crema de xampinyons Lluç a la planxa i amanida d'enciam i col llombarda Natilles <b>31</b>	<b>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.</b>	<b>Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.</b>



# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no carn, no peix, no ou

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Puré de carbassa i pastanaga Hamburguesa casolana de cigrons amb guarnició de tomàquet amanit logurt natural</p> <p><b>1</b></p>	<p>Arròs a les fines herbes Tempura de verdures Fruita del temps</p> <p><b>2</b></p>	<p>Brou vegetal amb fideus Pannini vegetal Fruita del temps</p> <p><b>3</b></p>	<p>Espinacs amb patata Crema de llegums Fruita del temps</p> <p><b>4</b></p>	<p>Mongetes blanques estofades amb hortalisses Timbal de patates Fruita del temps</p> <p><b>5</b></p>
<p>Bròquil amb patata Formatge Edam arrebossat i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p> <p><b>8</b></p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet Crema de llegums logurt natural</p> <p><b>9</b></p>	<p>Cuscús amb verdures i curri Pannini de xampinyons Fruita del temps</p> <p><b>10</b></p>	<p><b>FESTA</b></p> <p><b>11</b></p>	<p><b>FESTA</b></p> <p><b>12</b></p>
<p>Llenties estofades amb hortalisses Timbal de patates logurt natural</p> <p><b>15</b></p>	<p>Mongeta tendra amb patata Pannini vegetal Fruita del temps</p> <p><b>16</b></p>	<p>Cigrons amb picada d'all i julivert Amanida d'enciam, brots de soja i tomàquet Fruita del temps</p> <p><b>17</b></p>	<p>Brou vegetal amb arròs Empedrat de mongetes blanques (sense tonyina) Fruita del temps</p> <p><b>18</b></p>	<p>Tallarines al pesto Tempura de verdures Fruita del temps</p> <p><b>19</b></p>
<p>Arròs blanc Hamburguesa casolana de cigrons i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p> <p><b>22</b></p>	<p>Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Pannini vegetal Fruita del temps</p> <p><b>23</b></p>	<p>Bledes amb patata Crema de llegums Fruita del temps</p> <p><b>24</b></p>	<p>Escudella barrejada (brou vegetal) Timbal de patates Fruita del temps</p> <p><b>25</b></p>	<p>Trinxat de col i patata (sense bacon) Seitan arrebossat casolà i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural</p> <p><b>26</b></p>
<p>Llenties estofades amb hortalisses Amanida d'enciam, germinats i pastanaga Fruita del temps</p> <p><b>29</b></p>	<p>Arròs amb verduretes Pannini de xampinyons Fruita del temps</p> <p><b>30</b></p>	<p>Crema de xampinyons Empedrat de mongetes blanques (sense tonyina) Natilles</p> <p><b>31</b></p>	<p><b>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.</b></p>	<p><b>Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.</b></p>



# Menú escola Salarich

## OCTUBRE menú no porc i ric en ferro

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Llenties estofades amb hortalisses Truita d'embotit de gall dindi i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural <b>1</b>	Arròs integral a les fines herbes Calamars guisats Fruita del temps <b>2</b>	Sopa torrada amb pilotilles de vedella Bròtola al forn amb patata panadera Fruita del temps <b>3</b>	Espinacs amb patata Bistec de vedella a la planxa i amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps <b>4</b>	Mongetes blanques estofades amb hortalisses Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps <b>5</b>
Bledes amb patata Palometa arrebossada i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps <b>8</b>	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patates i amanida d'enciam i olives logurt natural <b>9</b>	Cuscús amb verdures i curri Daus de gall dindi amb salsa de poma Fruita del temps <b>10</b>	<b>11</b> <b>FESTA</b>	<b>12</b> <b>FESTA</b>
Llenties estofades amb hortalisses Fricandó de vedella i amanida d'enciam i germinats logurt natural <b>15</b>	Espinacs amb patata Fogoner amb salsa de tomàquet Fruita del temps <b>16</b>	Cigrons amb picada d'all i julivert Truita de formatge i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps <b>17</b>	Sopa de brou amb arròs Bistec de vedella a la planxa i guarnició de puré de patata Fruita del temps <b>18</b>	Tallarines al pesto Pollastre al forn amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita del temps <b>19</b>
Cigrons estofats amb hortalisses Truita d'embotit de gall dindi i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps <b>22</b>	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de xampinyons Fruita del temps <b>23</b>	Bledes amb patata Daus de vedella a l'orenga i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps <b>24</b>	Escudella barrejada Pollastre guisat amb hortalisses Fruita del temps <b>25</b>	Trinxat de col i patata (amb embotit de gall dindi) Seitan arrebossat casolà i amanida d'enciam i blat de moro logurt natural <b>26</b>
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre a la xinesa i amanida d'enciam i germinats Fruita del temps <b>29</b>	Arròs integral amb verduretes Rap a la marinera Fruita del temps <b>30</b>	Crema de xampinyons Bistec de vedella a la planxa i amanida d'enciam i col llombarda Natilles <b>31</b>	<b>Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. Augmentar els aliments rics en ferro: espinacs i bledes, arròs integral, llegums, vedella.</b>	<b>Es donarà fruita o verdura ecològica un cop per setmana. Postres làctics de la Fageda.</b>