



## Menú Sense Carn, Peix, Ous, Lactis (Vegà), mes de desembre de 2025

Els menús s'acompanyen de pa moreno i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per trempar.

Les fruites del mes de desembre són: caqui, ximnifoyà, mandarina, magrana, figa, kiwi, **mandarina de proximitat**, poma, **l'aronja de proximitat**, pera, patati, pomero, raïm

Las hortalisses del mes de desembre són: **bledes**, carxofes, api, albergínia, **bròquil**, carabassí, **carabassa**, ceba, **col lombarda**, **col repollo**, **coliflor**, **escarola**, **espinac**, **lletuga**, cogombre, **pebre**, **porro**, **rave**, **tomàtiga**, **pastanaga**.

Fruites i hortalisses de producció integrada de proximitat.

# Bon Nadal !



| 1                                                            | 2                                                            | 3                                                    | 4                                                        | 5                                                                               |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Arròs brouós de Verdures                                     | Crema de Bròquil amb Crostons (1)                            | Cuinat de Cíurons amb Verdures                       | Sopa de Brou de Verdures (1,3)                           | Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga, tomàtiga, blat de les índies i olives (4) |
| Hamburguesa de Llegums (1)                                   | Truita de Patata vegana amb farina de cíurons                | Verdura enfarinada (farina de blat i de cíurons) (1) | Estofat de Cíurons                                       | Llenties estofades amb Arròs i Verdures (1)                                     |
| Ceba, Xampinyons i Boniato                                   | Ensalada d'iceberg, escarola, pastanaga i blat de les índies | Ensalada d'iceberg, roble, tomàtiga                  | Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pastanaga, pèsols)    | (ceba, tomàtiga, mongetes tendres, pastanaga)                                   |
| Fruita de Temporada                                          | Fruita de Temporada                                          | Fruita Cítrica                                       | Fruita de Temporada                                      | Fruita Cítrica                                                                  |
|                                                              |                                                              |                                                      |                                                          |                                                                                 |
| 8                                                            | 9                                                            | 10                                                   | 11                                                       | 12                                                                              |
| Festiu                                                       | Ensalada d'iceberg, roble, tomàtiga i blat de les índies     | Crema de Pastanaga                                   | Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga                     | Cuinat de Llenties amb Verdures (1)                                             |
|                                                              | Espaguetis integrals a la Bolonyesa Vegetal (1,3,6)          | Hamburguesa de Llegums (1)                           | Bullits de Cíurons                                       | Truita de Patata vegana amb farina de cíurons                                   |
|                                                              | (ceba, pastanaga, tomàtiga triturada, soja texturizada)      | Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga                 | Bròquil i Pastanaga bullits                              | Tomàtiga trempada amb olives                                                    |
|                                                              | Fruita de Temporada                                          | Fruita Cítrica                                       | Fruita de Temporada                                      | Fruita Cítrica                                                                  |
|                                                              |                                                              |                                                      |                                                          |                                                                                 |
| 15                                                           | 16                                                           | 17                                                   | 18                                                       | 19                                                                              |
| Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga, tomàtiga i olives      | Crema de Carabassa                                           | Cíurons estofats amb Verdures                        | Arròs brouós de Verdures                                 | Crema de Verdures                                                               |
| Macarrons integrals amb Salsa a la Bolonyesa Vegetal (1,3,6) | Cíurons al curry (ceba, brou, curry)                         | Truita de Patata vegana amb farina de cíurons        | Hamburguesa de Llegums (1)                               | Pizza casolana Margarita vegana (1,6)                                           |
| (ceba, pastanaga, tomàtiga triturada, soja texturizada)      | Arròs saltat                                                 | Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga                 | Ensalada d'iceberg, roble, tomàtiga i blat de les índies | Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga i olives                                   |
| Fruita Cítrica                                               | Fruita de Temporada                                          | Fruita Cítrica                                       | Fruita de Temporada                                      | Fruita de Temporada                                                             |

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscs



## Menú SENSE OU, FRUITA SECA AMB CLOSCA, LLAVORS, PELL DE LES FRUITES, mes de desembre de 2025

Els menús s'acompanyen de pa moreno i aigua. El iogurt és natural sense sucre afegit. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per trempar. Les fruites del mes de desembre són: caqui, ximnóya, mandarina, magrana, naga, kiwi, ~~mandarina de proximitat~~, poma, ~~toranja de proximitat~~, pera, platani, pomero, raïm

Las hortalisses del mes de desembre són: bledes, carxofes, api, albergínia, bròquil, carabassí, carabassa, ceba, col lombarda, col repollo, coliflor, escarola, espinac, lletuga, cogombre, pebre, porro, rave, tomàtiga, pastanaga.

Fruites i hortalisses de producció integrada de proximitat.

# Bon Nadal !



|                                                                              |                                                                         |                                                                 |                                                                                   |                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                            | 2                                                                       | 3                                                               | 4                                                                                 | 5                                                                               |
| Arròs de Peix (2,4,14)                                                       | Crema de Bròquil amb Crostons (1)                                       | Cuinat de Cíurons amb Verdures                                  | Sopa de Brou de Carn amb Pasta especial sense ou                                  | Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga, tomàtiga, blat de les índies i olives (4) |
| Lluç al forn amb Salsa de Tomàtiga (4)                                       | Truita de Patata vegana amb farina de cíurons                           | Bacallà enfarinat (farina de blat i de cíurons) (1,4) sense ou  | Estofat de Pollastre                                                              | Llenties estofades amb Arròs i Verdures (1)                                     |
| Ceba, Xampinyons i Boniato                                                   | Ensalada d'iceberg, escarola, pastanaga i blat de les índies            | Ensalada d'iceberg, roble, tomàtiga i tonyina (4)               | Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pastanaga, pèsols)                             | (ceba, tomàtiga, mongetes tendres, pastanaga)                                   |
| Fruita de Temporada pelada                                                   | Fruita de Temporada pelada                                              | Fruita Cítrica                                                  | Fruita de Temporada pelada                                                        | Fruita Cítrica                                                                  |
| Suggestiment de sopar: Ensalada i cuscús saltat amb mongetes i comi / Fruita | Suggestiment de sopar: Sopa de pasta amb verdures i pollastre / Fruita  | Suggestiment de sopar: Llom amb verdures i arròs / Fruita       | Suggestiment de sopar: Puré de verdures i verat a la planxa amb ensalada / Fruita | Suggestiment de sopar: Tortillas mexicanes de verdures i carn / Fruita          |
| 8                                                                            | 9                                                                       | 10                                                              | 11                                                                                | 12                                                                              |
| Festiu                                                                       | Pasta especial sense ou a la Carbonara (ceba, nata, pernil) (6,7)       | Crema de Pastanaga                                              | Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga                                              | Cuinat de Llenties amb Verdures (1)                                             |
|                                                                              | Hamburguesa de Llegums (1)                                              | Pollastre a la planxa                                           | Gallineta al form amb Velouté (4)                                                 | Truita de Patata vegana amb farina de cíurons                                   |
|                                                                              | Ensalada d'iceberg, roble, tomàtiga i blat de les índies                | Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga i tonyina (4)              | Bròquil i Pastanaga bullits                                                       | Tomàtiga trempada amb olives                                                    |
|                                                                              | Fruita de Temporada pelada                                              | Fruita Cítrica                                                  | Fruita de Temporada pelada                                                        | Fruita Cítrica                                                                  |
|                                                                              | Suggestiment de sopar: Sopa de pasta amb verdures i pollastre / Fruita  | Suggestiment de sopar: Sepia aguiada amb ceba i patata / Fruita | Suggestiment de sopar: Ensalada i indiots a la planxa amb cuscús / Fruita         | Suggestiment de sopar: Pa amb oli / Fruita                                      |
| 15                                                                           | 16                                                                      | 17                                                              | 18                                                                                | 19                                                                              |
| Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga, tomàtiga i olives                      | Crema de Carabassa                                                      | Cíurons estofats amb Verdures                                   | Arròs Brut                                                                        | Crema de Verdures                                                               |
| Pasta especial sense ou amb Salsa a la Bolonyesa Vegetal (6)                 | Indiots al curry (ceba, nata, curry) (7)                                | Truita de Patata vegana amb farina de cíurons                   | Lluç enfarinat (farina de blat i de cíurons) (1,4) sense ou                       | Pizza casolana Margarita (1,7)                                                  |
| (ceba, pastanaga, tomàtiga triturada, soja texturizada)                      | Arròs saltat                                                            | Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga i tonyina (4)              | Ensalada d'iceberg, roble, tomàtiga i blat de les índies                          | Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga i olives                                   |
| Fruita Cítrica                                                               | Fruita de Temporada pelada                                              | Fruita Cítrica                                                  | Fruita de Temporada pelada                                                        | Fruita de Temporada pelada                                                      |
| Suggestiment de sopar: Sopa de pasta amb verdures i pollastre / Fruita       | Suggestiment de sopar: Ensalada i salmó a la planxa amb patata / Fruita | Suggestiment de sopar: Quínoa amb verdures i lluç / Fruita      | Suggestiment de sopar: Bullit de patata i verdures amb pollastre / Fruita         | Suggestiment de sopar: Ensalada i falàfel de cíurons amb cuscús / Fruita        |

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscs