

COL.LEGI SANTA MARIA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

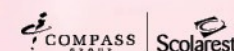
Novembre - 2025

CONCEPCIÓN MAXIMIANO ALONSO
Servicio de Nutrición y Dietética
Dietista-Nutricionista
Colegiado Nº MAD00023

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



3

NO LECTIVO

4

875 Kcal. P.: 18 HC.: 35 L.: 46 G.: 11

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
IOGURT

5

401 Kcal. P.: 17 HC.: 53 L.: 27 G.: 4

SOPA DE PASTA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

673 Kcal. P.: 16 HC.: 42 L.: 37 G.: 7

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

555 Kcal. P.: 14 HC.: 32 L.: 53 G.: 16

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

742 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 36 G.: 6

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I
ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROS
FRUITA

11

369 Kcal. P.: 10 HC.: 34 L.: 55 G.: 11

MERCAT DE CHACAO
(VENEZUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TEQUEÑOS DE FORMATGE AMB GUASACACA (GUACAMOLE)
IOGURT

12

517 Kcal. P.: 18 HC.: 57 L.: 20 G.: 5

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

635 Kcal. P.: 15 HC.: 55 L.: 27 G.: 4

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

605 Kcal. P.: 18 HC.: 38 L.: 38 G.: 7

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

780 Kcal. P.: 13 HC.: 43 L.: 39 G.: 6

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
CROQUETES DE POLLASTRE
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

584 Kcal. P.: 18 HC.: 57 L.: 23 G.: 4

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

878 Kcal. P.: 25 HC.: 34 L.: 40 G.: 8

SOPA DE PEIX
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

727 Kcal. P.: 13 HC.: 41 L.: 44 G.: 10

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

547 Kcal. P.: 13 HC.: 32 L.: 53 G.: 15

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

586 Kcal. P.: 13 HC.: 38 L.: 46 G.: 13

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

664 Kcal. P.: 15 HC.: 53 L.: 31 G.: 6

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

26

660 Kcal. P.: 23 HC.: 36 L.: 36 G.: 8

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

517 Kcal. P.: 18 HC.: 57 L.: 20 G.: 5

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

734 Kcal. P.: 13 HC.: 44 L.: 41 G.: 8

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

NOTAS: **Leyenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen **PAN BLANCO E INTEGRAL** y la bebida será **AGUA**.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE AL·LOCAT

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
I OGURT

5

SOPA DE PASTA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I
ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
I OGURT

12

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
CROQUETES DE POLLASTRE
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

SOPA DE PEIX
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
I OGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



GROW
FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE CARN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
TRUITA A LA FRANCESA
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
IOGURT

5

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO (VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TEQUEÑOS DE FORMATGE AMB GUACAMOLE (GUACAMOLE)
IOGURT

12

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT VEGETARIÀ (PATATA, CABDELL I OU CUIT)
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
CROQUETES D' ESPINACS
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS AMB CARABASSÓ
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

SOPA DE PEIX
"FALAFEL" DE LLEGUMS (CIGRONS)
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
CARBASSÓ, FONOLL I BRÒQUIL ROSTIT
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT VEGETARIÀ (PATATA, CABDELL I OU CUIT)
FRUITA

28

MACARRONS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



GROW
FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE CIGRONS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
I OGURT

5

SOPA DE PASTA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

BRÒQUIL AMB PORRO
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I
ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

**MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)**

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TEQUEÑOS DE FORMATGE AMB GUASACACA (GUACAMOLE)
I OGURT

12

ESCUDELLA
"COCIDO" DE VEDELLA, COL I PATATA (SENSE
CIGRONS)
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
CROQUETES DE POLLASTRE
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

SOPA DE PEIX
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
I OGURT

26

COLIFLOR "AL AJO ARRERO"
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
"COCIDO" DE VEDELLA, COL I PATATA (SENSE
CIGRONS)
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE FRUITS SECS NI LACTOSA

Novembre - 2025

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

5

SOPA DE PASTA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

12

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

BROU AMB API
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE FRUITS SECS NI SÉSAM

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
IOGURT

5

SOPA DE PASTA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO (VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
IOGURT

12

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

BROU AMB API
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE FRUITS SECS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
IOGURT

5

SOPA DE PASTA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO (VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
IOGURT

12

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

BROU AMB API
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE GAMBES

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
IOGURT

5

SOPA DE PASTA
SALMÓ AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO (VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
IOGURT

12

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
FILET DE PORC A LA PLANXA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
SALMÓ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

BROU AMB API
POLLASTRE AMB Salsa de TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
SALMÓ AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE GLUTEN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
IOGURT

5

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE GLUTEN
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO (VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
IOGURT

12

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE GLUTEN
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB SALSA VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

GUISAT DE VERDURES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

BROU AMB API
POLLASTRE AMB SALSA DE TOMÀQUET
AMB ARRÒS PILAF
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE GLUTEN
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE LACTOSA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

5

SOPA DE PASTA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

12

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

BROU AMB API
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE LLENTIES

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
I OGURT

5

SOPA DE PASTA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I
ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

**MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)**
CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TEQUEÑOS DE FORMATGE AMB GUASACACA (GUACAMOLE)
I OGURT

12

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

GUISAT DE VERDURES
CROQUETES DE POLLASTRE
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

SOPA DE PEIX
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
I OGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE OU

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
I OGURT

5

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
RELLOM DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB
SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

**MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)**

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
I OGURT

12

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB SALSA VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
POLLASTRE AMB SALSA DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB
SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
I OGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA
DE TOMÀQUET CASOLANA
LLOM DE PORC AL FORN
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE PEIX NI MARISC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
IOGURT

5

SOPA DE PASTA
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
IOGURT

12

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
FILET DE PORC A LA PLANXA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

BROU AMB API
POLLASTRE AMB Salsa de TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE PINYONS NI BLANC D'OU CRU

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, Ceba I BLAT DE MORO
I OGURT

5

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
RELLOM DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBÀ
LLOM DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

10

MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB
SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
I OGURT

12

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
BULLIT
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB SALSA VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
POLLASTRE AMB SALSA DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB
SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
I OGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
BULLIT
FRUITA

28

MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA
DE TOMÀQUET CASOLANA
LLOM DE PORC AL FORN
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE PORC NI MARISC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
IOGURT

5

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
SALMÓ AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)

CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
IOGURT

12

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT VEGETARIÀ (PATATA, CABDELL I OU CUIT)
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
FILET VEGETAL A LA JARDINERA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
SALMÓ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
SALMÓ AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT VEGETARIÀ (PATATA, CABDELL I OU CUIT)
FRUITA

28

MACARRONS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE PORC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Novembre - 2025

3

NO LECTIVO

4

ARRÒS A LA CUBANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
I OGURT

5

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

6

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
PATATES A DAUS
FRUITA

10

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I
ALFÀBREGA
SALMÓ AL FORN AMB HERBES I LLIMONA
ENCIAM I BROTS
FRUITA

11

MERCAT DE CHACAO
(VENEÇUELA)
CREMA DE AUYAMA I COCO (CARABASSA)
TEQUEÑOS DE FORMATGE AMB GUASACACA (GUACAMOLE)
I OGURT

12

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT VEGETARIÀ (PATATA, CABDELL I OU
CUIT)
FRUITA

13

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AMB Salsa VERDA
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
CROQUETES DE POLLASTRE
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE BACALLÀ AL FORN
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

19

SOPA DE PEIX
POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀQUET
COUS COUS
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
GELAT

21

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
PATATES A DAUS
FRUITA

25

ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS
ABADEJO ADOBAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
I OGURT

26

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

27

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT VEGETARIÀ (PATATA, CABDELL I OU
CUIT)
FRUITA

28

MACARRONS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.