



institutió

les alzines MENÚ DE LLAR 1 I LLAR 2

OCTUBRE 2018

	DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
D	Macarrons amb sofregit de tomàquet i carn Croquetes de pollastre logurt	Brou de carn i verdures Pollastre al forn Fruita	Llenties estofades amb verdures Truita francesa Fruita	Mongetes tendres i patates Salsitxes amb suc Fruita	Arròs amb tomàquet Mussola al forn Fruita
B	Pa amb xocolata. Llet	logurt. Galetes	Pa integral. Plàtan	logurt. Cereals	Pa amb formatge. Suc
	DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
D	Espaguetis gratinats Pollastre amb suc logurt	Cigrons i patates Croquetes de pollastre Fruita	Arròs amb tomàquet Filet de limanda Fruita	Mongetes tendres, pastanagues i patates Llom al forn Fruita	MARE DE DÉU DEL PILAR
B	Pa amb xocolata. Llet	logurt. Galetes	Pa integral. Plàtan	logurt. Cereals	
	DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
D	Llenties estofades amb verdures Truita francesa logurt	Macarrons amb tomàquet Estofat de gall dindi Fruita	Mongetes tendres i patates Mandonguilles amb suc Fruita	Brou de carn i verdures Pollastre al forn Fruita	Arròs amb verduretes Varetes de lluç Fruita
B	Pa amb xocolata. Llet	logurt. Galetes	Pa integral. Plàtan	logurt. Cereals	Pa amb formatge. Suc
	DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
D	Espaguetis gratinats Filet de limanda logurt	Crema de verdures Salsitxes Fruita	Brou de pollastre i verdures amb pasta Truita de patates Fruita	Arròs amb tomàquet Llom al forn Fruita	Cigrons i patates Croquetes de pollastre Fruita
B	Pa amb xocolata. Llet	logurt. Galetes	Pa integral. Plàtan	logurt. Cereals	Pa amb formatge. Suc
	DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31		
D	SANT NARCÍS	Macarrons amb tomàquet Varetes de lluç logurt	Arròs caldós amb verdures, salsitxes i pollastre Fruita		
B		logurt. Galetes	Pa integral. Plàtan		



Institutió

les alzines **MENÚ D'EDUCACIÓ INFANTIL (P-3, P-4 I P5)****OCTUBRE 2018**

	DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOURS 4	DIVENDRES 5
D	Macarrons amb sofregit de tomàquet i carn Croquetes de pollastre amb enciam i pastanaga / logurt	Brou de carn i verdures Pit de pollastre amb patates Gelats	Llenties estofades amb verdures Truita francesa amb enciam Fruita	Mongetes tendres i patates Salsitxes amb suc Fruita	Arròs amb tomàquet Mussola al forn Fruita
B	Pa amb xocolata	logurt. Galetes	Llet. Melindros	logurt. Cereals	Pa amb formatge
SR	Verdura / Vedella / Fruita	Arròs / Peix / Fruita	Verdura / Pollastre / Fruita	Brou / Peix / Fruita	Verdura / Ous / Fruita
	DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOURS 11	DIVENDRES 12
D	Espaguetis gratinats Pollastre al forn logurt	Cigrans i patates Croquetes de pollastre Fruita	Arròs amb tomàquet Filet de limanda amb enciam Fruita	Mongetes tendres, pastanagues i patates Llom al forn /Fruita	MARE DE DÉU DEL PILAR
B	Pa amb xocolata	logurt. Galetes	Llet. Melindros	logurt. Cereals	
SR	Verdura / Peix / Fruita	Brou / Ous / Fruita	Patates / Vedella / Fruita	Amanida / Peix / Fruita	
	DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOURS 18	DIVENDRES 19
D	Llenties estofades amb verdures Truita a la francesa logurt	Macarrons amb tomàquet Gall dindi a la planxa Fruita	Mongetes tendres i patates Mandonguilles amb suc Fruita	Brou de carn i verdures amb pasta Pollastre al forn amb patates Fruita	Arròs amb verduretes Varetes de lluç Fruita
B	Pa amb xocolata	logurt. Galetes	Pa integral. Plàtan	logurt. Cereals	Pa amb formatge
SR	Arròs / Vedella / Fruita	Verdura / Peix / Fruita	Patates / Ous / Fruita	Verdura / Peix / Fruita	Brou / Pollastre / Fruita
	DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOURS 25	DIVENDRES 26
D	Espaguetis gratinats Filet de limanda amb enciam logurt	Crema de verdures Salsitxes amb seques Fruita	Brou de pollastre i verdures amb pasta Truita de patates / Fruita	Arròs amb tomàquet Llom al forn amb xampinyons Fruita	Cigrans i patates Croquetes de pollastre amb amanida / Fruita
B	Pa amb xocolata	logurt. Galetes	Pa integral. Plàtan	logurt. Cereals	Pa amb formatge
SR	Verdura / Vedella / Fruita	Arròs / Peix / Fruita	Amanida / Gall dindi / Fruita	Verdura / Ous / Fruita	Brou / Peix / Fruita
	DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31		
D	SANT NARCÍS	Macarrons amb tomàquet Varetes de lluç amb enciam i pastanaga / logurt	Arròs caldós amb verdures Salsitxes i pollastre, amanida Fruita		
B		logurt. Galetes	Pa integral. Plàtan		
SR		Verdura / Vedella / Fruita	Brou / Peix / Fruita		

D: Dinar a l'escola / SR: Sopar recomanat segons el dinar escolar. Els alumnes de P-3, P-4 i P-5 menjaran una peça de fruita a 3/4 d'11 del matí i berenaran a 1/4 de 5 de la tarda.



institutió

les alzines MENÚ D'EDUCACIÓ PRIMÀRIA, ESO I BATXILLERAT

OCTUBRE 2018

	DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
D	Macarrons a la bolonyesa Arròs bullit Croquetes de pollastre amb enciam i pastanaga Pollastre a la planxa / Iogurt	Sopa o pizza Patates i pastanagues Broqueta de pollastre amb patates Bacallà al forn Gelats	Llenties estofades amb verdures Arròs bullit Truita a la francesa i pa amb tomàquet Vedella a la planxa / Fruita	Mongetes tendres i patates Patates i pastanagues Salsitxes amb carbassó Llom a la planxa Fruita	Arròs amb tomàquet Arròs bullit Lluç al forn amb enciam i olives Fruita
SR	Verdura / Vedella / Fruita	Arròs / Peix / Fruita	Verdura / Pollastre / Fruita	Brou / Peix / Fruita	Verdura / Ous / Fruita
	DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
D	Amanida de pasta Arròs bullit Gall dindi a la planxa amb enciam i pastanaga Iogurt	Cigrons i patates Patates i pastanagues Escalopa de pollastre amb tomàquet i olives Pollastre a la planxa Fruita	Arròs amb tomàquet Arròs bullit Filet de limanda amb enciam i blat de moro Fruita	Mongetes tendres, pastanagues, brècol i patates Patates i pastanagues Hamburguesa de vedella amb formatge Llom a la planxa / Fruita	MARE DE DÉU DEL PILAR
SR	Verdura / Peix / Fruita	Brou / Ous / Fruita	Patates / Vedella / Fruita	Amanida / Peix / Fruita	
	DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
D	Llenties estofades amb verdures Arròs bullit Truita de patates amb enciam i pastanaga Llom a la planxa / Iogurt	Macarrons amb tomàquet Arròs bullit Escalopa de llom amb amanida Mussola al forn Fruita	Verdures al vapor Patates i pastanagues Mandonguilles amb suc Vedella a la planxa Fruita	Brou de carn i verdures amb pasta de lletres Patates i pastanagues Pollastre al forn amb patates Fruita	Arròs saltejat amb penill i xampinyons Arròs bullit Delícies de rosada amb enciam i tomàquet Lluç al forn / Fruita
SR	Arròs / Vedella / Fruita	Verdura / Peix / Fruita	Patates / Ous / Fruita	Verdura / Peix / Fruita	Brou / Pollastre / Fruita
	DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
D	Tortel.linis gratinats Arròs bullit Filet de limanda amb enciam i pastanaga Iogurt	Crema de carbassó Patates i pastanagues Botifarres amb seques Vedella a la planxa Fruita	Brou de pollastre i verdures amb estrelletes Patates i pastanagues Ous amb patates i queixup i amanida Gall dindi a la planxa / Fruita	Arròs amb tomàquet Arròs bullit Llom al forn amb xampinyons Fruita	Cigrons i patates Patates i pastanagues Croquetes del pollastre amb enciam i tomàquet Pollastre a la planxa / Fruita
SR	Verdura / Vedella / Fruita	Arròs / Peix / Fruita	Amanida / Gall dindi / Fruita	Verdura / Ous / Fruita	Brou / Peix / Fruita
	DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31		
D	SANT NARCÍS	Espirals amb frankfurt i olives Patates i pastanagues Varetes de lluç amb enciam i pastanaga Lluç al forn / Iogurt	Arròs amb tomàquet Arròs bullit Cuixa de pollastre amb verduretes Fruita		
SR		Verdura / Vedella / Fruita	Brou / Peix / Fruita		

D: Dinar a l'escola / SR: Sopar recomanat segons el dinar escolar. **Règim** Les alumnes amb al·lèrgies menjaran el mateix menú però amb ingredients sense al·lèrgens. El pa, la amanida i l'aigua sempre presents. Les alumnes de Batxillerat podran escollir cada dia a més de 1r plat del menú entre arròs, verdura o amanida