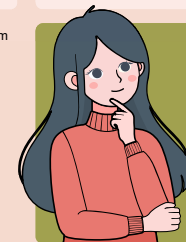


<p>02 DILLUNS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verdures (9) - Botifarra de pollastre amb sanfaina (6) - Fruita de temporada 	<p>03 DIMARTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espirals integrals amb tomàquet (1) - Lluç al forn amb xips de moniato (4) - Fruita de temporada 	<p>04 DIMECRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arròs a la cassola amb verdures de temporada - Hamburguesa de pollastre amb raves i olives (6) - Fruita de temporada 	<p>05 DIJOUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Col rostida amb carbassa - Guisat de lleties amb verdures de temporada - Fruita de temporada 	<p>FESTIU</p> 
<p>09 DILLUNS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrons amb tomàquet (1) - Mandonguilles de pollastre a la jardinera (1, 6) - Fruita de temporada 	<p>10 DIMARTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cigrons estofats amb pollastre i verdures de temporada - Amanida variada completa - Fruita de temporada 	<p>11 DIMECRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Col saltejada amb all i pastanaga - Pernilets al forn amb ceba i espinacs - Fruita de temporada 	<p>12 DIJOUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arròs caldós amb verdures - Calamars casolans al forn amb tomàquet i ceba (4, 14) - Fruita de temporada 	<p>13 DIVENDRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de peix amb fideus (1, 4, 9) - Truita de patata amb enciam i pastanaga - Fruita de temporada
<p>16 DILLUNS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espaguetis amb salsa de tomàquet i orenga (1) - Salmó al forn amb salsa de poma (4) - Fruita de temporada 	<p>17 DIMARTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lleties estofades amb arròs integral - Truita francesa amb col lombarda i olives (3) - Fruita de temporada 	<p>18 DIMECRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verdures de temporada (9) - Pollastre adobat amb enciam i raves - Fruita de temporada 	<p>19 DIJOUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bledes i patates amb oli d'oliva - Hamburguesa de pollastre amb colrave i pastanaga (6) - Fruita de temporada 	<p>20 DIVENDRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de Nadal (sense porc) amb galets (1, 9) - Pollastre rostit - Torró (6)
<p>23 FESTIU</p> 	<p>24 FESTIU</p> 	<p>25 FESTIU</p> 	<p>26 FESTIU</p> 	<p>27 FESTIU</p> 
<p>30 FESTIU</p> 	<p>31 FESTIU</p> 			

AL·LÈRGENS

- 1 Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats. 2 Crustàcis i productes a base de crustàcis. 3 Ous i productes a base d'ou. 4 Peix i productes a base de peix. 5 Cacauets i productes a base de cacauets. 6 Soja i productes a base de soja. 7 Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa). 8 Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous de Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats. 9 Api i productes derivats. 10 Mostassa i productes derivats. 11 Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam. 12 Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10mg/kg o 10ml/l expressat com a SO2 13 Tramussos i productes a base de tramussos. 14 Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.

Coordinació: menjadorescolamediterrania@gmail.com
 Administració: administracio@ambitescola.cat
 Avisos i incidències: 692 317 288



MES DE LA COL

Font de minerals i vitamines
 Alt contingut en fibra
 Té propietats antioxidants

Menús elaborats per:
MARIA LOBO SAHÚN
 Graü en nutrició i dietètica
 CAT 002531