

MENÚS DE NOVENBRE 2023

Menú general

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
30	31	1	2	3
<p>Arros amb tomàquet. Botifarra amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Verdura Peix. Làctic no ensucrat.</p> <p>Arroz con tomate. Botifarra con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Verdura. Pescado. Lácteo no azucarado.</p> <p>Rice with tomato sauce. Big sausage with salad. Seasonal fruit. DINNER: Vegetables. Fish. Non-sugary dairy.</p>	<p>Patates a lo pobre amb ceba i pebrot verd. Estofat de gall d'indi. Fruita del temps. SOPAR: Pasta. Truita a la paisana. Làctic no ensucrat.</p> <p>Patatas a lo pobre con cebolla y pimiento verde. Estofado de pavo. Fruita del tiempo. CENA: Pasta. Tortilla a la paisana. Lácteo no azucarado.</p> <p>Sauteed sliced potatoes and vegetables. Turkey stew. Seasonal fruit. DINNER: Pasta. Omelette with vegetables. Non-sugary dairy.</p>	<p>Coliflor gratinada. Bistec de vedella amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Arròs. Peix blau. Làctic no ensucrat.</p> <p>Coliflor al gratén. Bistec de ternera con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Arroz. Pescado azul. Lácteo no azucarado.</p> <p>Cauliflower au gratin. Beef steak with salad. Seasonal fruit. DINNER: Rice. Oily fish. Non-sugary dairy.</p>	<p>Macarrons a la bolonyesa. Truita francesa amb enciam. Fruita del temps. SOPAR: Verdura Peix arrebossat. Làctic no ensucrat.</p> <p>Macarrones a la boloñesa. Tortilla a la francesa con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Verdura. Pescado rebozado.</p> <p>Macaroni Bolognese. French omelette with salad. Seasonal fruit. DINNER: Vegetables. Battered fish. Non-sugary dairy.</p>	<p>Cigrons guisats amb verdures. Pollastre a la planxa amb xips i amanida. Fruita del temps. SOPAR: Crema de carbassó. Truita de patates. Làctic no ensucrat.</p> <p>Garbanzos guisados con verduras. Pollo a la plancha con chips y ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Crema de calabacin. Tortilla de patatas. Lácteo no azucarado.</p> <p>Chickpeas stewed with vegetables. Grilled chicken with chips and salad. Seasonal fruit. DINNER: Cream of zucchini. Spanish omelette. Non-sugary dairy.</p>
6	7	8	9	10
<p>Arros amb tomàquet. Botifarra amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Verdura Peix. Làctic no ensucrat.</p> <p>Arroz con tomate. Botifarra con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Verdura. Pescado. Lácteo no azucarado.</p> <p>Rice with tomato sauce. Big sausage with salad. Seasonal fruit. DINNER: Vegetables. Fish. Non-sugary dairy.</p>	<p>Patates a lo pobre amb ceba i pebrot verd. Estofat de gall d'indi. Fruita del temps. SOPAR: Pasta. Truita a la paisana. Làctic no ensucrat.</p> <p>Patatas a lo pobre con cebolla y pimiento verde. Estofado de pavo. Fruita del tiempo. CENA: Pasta. Tortilla a la paisana. Lácteo no azucarado.</p> <p>Sauteed sliced potatoes and vegetables. Turkey stew. Seasonal fruit. DINNER: Pasta. Omelette with vegetables. Non-sugary dairy.</p>	<p>Coliflor gratinada. Bistec de vedella amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Arròs. Peix blau. Làctic no ensucrat.</p> <p>Coliflor al gratén. Bistec de ternera con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Arroz. Pescado azul. Lácteo no azucarado.</p> <p>Cauliflower au gratin. Beef steak with salad. Seasonal fruit. DINNER: Rice. Oily fish. Non-sugary dairy.</p>	<p>Llenties amb verdures i xoriç. Truita de patates amb tomàquet amanit i olives. Fruita del temps. SOPAR: Sopa de pistons. Pollastre. Làctic no ensucrat.</p> <p>Lentejas con verduras y chorizo. Tortilla de patatas con tomate aliñado y aceitunas. Fruita del tiempo. CENA: Sopa de pistones. Pollo. Lácteo no azucarado.</p> <p>Lentils with vegetables and chorizo. Spanish omelette with seasoned tomato and olives. Seasonal fruit. DINNER: Piston soup. Chicken. Non-sugary dairy.</p>	<p>Espirals a la carbonara. Lluç al forn amb amanida. Jogurt. SOPAR: Verdura. Xai. Fruita del temps.</p> <p>Espirales a la carbonara. Merluza al horno con ensalada. Yogur. CENA: Verdura. Cordero. Fruita del tiempo.</p> <p>Spiral pasta carbonara. Baked hake with salad. Yogurt. DINNER: Vegetables. Lamb. Seasonal fruit.</p>
13	14	15	16	17
<p>Arros saltat amb daus de pernil, pèsols i xampinyons. Pit de pollastre amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Verdura. Peix blau. Làctic no ensucrat.</p> <p>Arroz salteado con dados de jamón, guisantes y champiñones. Pechuga de pollo con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Verdura. Pescado azul. Lácteo no azucarado.</p> <p>Sauteed rice with ham dice, peas and mushrooms. Chicken breast with salad. Seasonal fruit. DINNER: Vegetables. Oily fish. Non-sugary dairy.</p>	<p>Crema de pastanaga, carbassa i gingebre. Croquetes casolanes de pernil amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Pasta. Ous. Làctic no ensucrat.</p> <p>Crema de zanahoria, calabaza y jengibre. Croquetas caseras de jamón con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Pasta. Huevos. Lácteo no azucarado.</p> <p>Carrot, pumpkin and ginger cream. Homemade ham croquettes with salad. Seasonal fruit. DINNER: Pasta. Eggs. Non-sugary dairy.</p>	<p>Purè de patata gratinat. Lluç amb salsa de mostassa. Fruita del temps. SOPAR: Espinacs a la crema. Vedella. Fruita del temps.</p> <p>Purè de patata gratinado. Merluza en salsa de mostaza. Fruita del tiempo. CENA: Espinacas a la crema. Ternera. Fruita del tiempo.</p> <p>Mashed potato gratin. Hake in mustard sauce. Seasonal fruit. DINNER: Creamed Spinach. Beef. Seasonal fruit.</p>	<p>Verdura tricolor. Magre de porc guisat amb tomàquet, ceba i pebrot verd. Fruita del temps. SOPAR: Arròs. Gall d'indi. Làctic no ensucrat.</p> <p>Verdura tricolor. Magro de cerdo guisado con tomate, cebolla y pimiento verde. Fruita del tiempo. CENA: Arroz. Pavo. Lácteo no azucarado.</p> <p>Tricolor vegetables. Lean pork stew with tomato, onion and green pepper. Seasonal fruit. DINNER: Rice. Turkey. Non-sugary dairy.</p>	<p>Escudella. Carn d'olla. Fruita del temps. SOPAR: Graellada de verdures. Quiche Lorraine. Làctic no ensucrat.</p> <p>Escudella. Carne de cocido. Fruita del tiempo. CENA: Parrillada de verduras. Quiche Lorraine. Lácteo no azucarado.</p> <p>Escudella. Chickpea, meat, sausage, potato and carrot stew. Seasonal fruit. DINNER: Grilled vegetables. Quiche Lorraine. Non-sugary dairy.</p>
20	21	22	23	24
<p>Macarrons a la napolitana. Llenguado al forn amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Crema de carbassa. Vedella. Làctic no ensucrat.</p> <p>Macarrones a la napolitana. Lenguado al horno con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Crema de calabaza. Ternera. Lácteo no azucarado.</p> <p>Neapolitan macaroni. Baked sole with salad. Seasonal fruit. DINNER: Pumpkin soup. Beef. Non-sugary dairy.</p>	<p>Mongetes blanques sofregides amb all i julivert. Botifarra amb carbassó. Fruita del temps. SOPAR: Arròs. Ous. Làctic no ensucrat.</p> <p>Alubias blancas con ajo y perejil. Botifarra con calabacin. Fruita del tiempo. CENA: Arroz. Huevos. Lácteo no azucarado.</p> <p>White beans with garlic and parsley. Big sausage with zucchini. Seasonal fruit. DINNER: Rice. Eggs. Non-sugary dairy.</p>	<p>Patates guisades amb carn i verdures. Pernets de pollastre al forn amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Amanida de quinoa. Peix. Làctic no ensucrat.</p> <p>Patatas guisadas con carne y verduras. Jamoncitos de pollo al horno con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Ensalada de quinoa. Pescado. Lácteo no azucarado.</p> <p>Stewed potatoes with meat and vegetables. Little chicken drumsticks with salad. Seasonal fruit. DINNER: Quinoa salad. Fish. Non-sugary dairy.</p>	<p>Pèsols amb daus de ceba i pernil. Ous remenats amb xampinyons i amanida. Fruita del temps. SOPAR: Pasta integral. Xai. Làctic no ensucrat.</p> <p>Guisantes con cebolla y jamón. Huevos revueltos con champiñones y ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Pasta integral. Cordero. Lácteo no azucarado.</p> <p>Peas with onion and ham. Scrambled eggs with mushroom and salad. Seasonal fruit. DINNER: Whole wheat pasta. Lamb. Non-sugary dairy.</p>	<p>Menestra de verdures. Librets de llom farcits amb pernil i formatge amb amanida. Jogurt. SOPAR: Amanida verda amb fruits secs. Quiche Lorraine. Fruita del temps.</p> <p>Menestra de verduras. Libritos de lomo rellenos de jamón y queso con ensalada. Yogur. CENA: Ensalada verde con frutos secos. Quiche Lorraine. Fruita del tiempo.</p> <p>Vegetables. Loin escalope with salad. Yogurt. DINNER: Green salad with nuts. Quiche Lorraine. Seasonal fruit.</p>
27	28	29	30	1
<p>Arros amb tomàquet. Llom a la planxa amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Verdura. Peix arrebossat. Làctic no ensucrat.</p> <p>Arroz con tomate. Lomo a la plancha con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Verdura. Pescado rebozado. Lácteo no azucarado.</p> <p>Rice with tomato sauce. Grilled loin with salad. Seasonal fruit. DINNER: Vegetables. Battered fish. Non-sugary dairy.</p>	<p>Lasanya de carn i verdures. Ous mimosa amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Crema de xampinyons. Pollastre. Làctic no ensucrat.</p> <p>Lasaña de carne y verduras. Huevos mimosa con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Crema de champiñones. Pollo. Lácteo no azucarado.</p> <p>Lasagna with meat and vegetables. Mimosa eggs with salad. Seasonal fruit. DINNER: Mushrooms cream Chicken. Non-sugary dairy.</p>	<p>Bròquil amb patates al vapor. Hamburguesa de vedella amb tomàquet i formatge. Fruita del temps. SOPAR: Pasta integral. Bunyols de bacallà a la romana amb amanida. Làctic no ensucrat.</p> <p>Bróquil con patatas al vapor. Hamburguesa de ternera con tomate y queso. Fruita del tiempo. CENA: Pasta integral. Buñuelos de bacalao a la romana con ensalada. Lácteo no azucarado.</p> <p>Broccoli with potatoes. Beef burger with tomato and cheese. Seasonal fruit. DINNER: Whole wheat pasta. Cod fritters with salad. Non-sugary dairy.</p>	<p>Patates a la crema de formatges. Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida. Fruita del temps. SOPAR: Verdura. Truita de patates. Làctic no ensucrat.</p> <p>Patatas a la crema de quesos. Pechuga de pavo a la plancha con ensalada. Fruita del tiempo. CENA: Verdura. Tortilla de patatas. Lácteo no azucarado.</p> <p>Cream cheese potatoes. Turkey breast with salad. Seasonal fruit. DINNER: Vegetables. Spanish omelette. Non-sugary dairy.</p>	<p>1</p>

El pa, l'aigua i l'amanida estan sempre presents en la dieta. La dieta astringent s'adaptarà al menú basal del dia. Els ingredients utilitzats per a elaborar aquesta dieta estan adaptats als requeriments de les intoleràncies o al·lèrgies que puguin tenir els alumnes (gluten, lactosa, peix, fruits secs, ous, llegums...).

El pan, el agua y la ensalada están siempre presentes en la dieta. La dieta astringente se adaptará al menú basal del día. Los ingredientes utilizados para elaborar esta dieta están adaptados a los requerimientos de las intolerancias o alergias que puedan tener los alumnos (gluten, lactosa, pescado, frutos secos, huevos, legumbres ...).

Bread, water and salad are always present in the diet. The astringent diet will be adapted to the basal menu of the day. The ingredients used to prepare this diet are adapted to the requirements of intolerances or allergies that students may have (gluten, lactose, fish, nuts, eggs, legumes ...).

