SENSE LACTOSA

INSTITUT XXV OLIMPÍADA

Desembre

	DEL 3 AL 7 DE DESEMBRE	DEL 10 AL 14 DE DESEMBRE	DEL 17 AL 21 DE DESEMBRE	
DILLUNS	MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET S/LÀCTICS POLLASTRE A LA PLANXA amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET DELÍCIES DE PEIX* amb enciam I tomàquet Pa i fruita del temps	LLENTIES A LA RIOJANA* PEIX PLANXA Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIMARTS	MONGETA BLANCA SALTADES AMB BACÓ* TRUITA A LA FRANCESA Amb enciam i tomàquet Pa i iogurt S/LACTOSA	FIDEUS A LA CASSOLA POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb amb enciam i olives Pa i iogurt S/LACTOSA	DINAR DE NADAL **ESCUDELLA AMB GALETS** **POLLASTRE ROSTIT AMB PRUNES** **Pa i Torrons***	VACANCES DE NADAL
DIMECRES	ARRÒS AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA amb tomàquet al forn Pa i fruita del temps	CREMA DE CARBASSA S/LÀCTICS LLOM AMB SALSA DE POMA S/LÁCTICS Pa i fruita del temps	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS S/LÀCTICS TRUITA DE PERNIL* amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIJOUS	FESTIU	CIGRONS ESTOFATS TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET BACALLÀ A L'ALLET amb verduretes i xampinyons Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIVENDRES	FESTIU	SOPA BROU D'AU AMB PISTONS HAMBURGUESA* DE POLLASTRE amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	TRINXAT DE COL I PATATA COLL DE PORC amb verduretes i xampinyons Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL

L'hivern ja arriba i amb ell el fred i les vacances de nadal!

Taronja, poma, mandarina, bleda, col, xirivia... El desembre ve carregat de bons aliments que ens ajudaran a escalfar-nos

**TOTS ELS INGREDIENTS ES COMPROVARÀ QUE NO CONTINGUIN LACTOSA.

Teno
Cuina i lleure de proximitat

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

SENSE PORC

INSTITUT XXV OLIMPÍADA

Desembre

	DEL 3 AL 7 DE DESEMBRE	DEL 10 AL 14 DE DESEMBRE	DEL 17 AL 21 DE DESEMBRE	
DILLUNS	MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET CROQUETES DE POLLASTRE amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET DELÍCIES DE PEIX amb enciam I tomàquet Pa i fruita del temps	LLENTIES AMB VERDURES CALAMARS A LA ROMANA Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIMARTS	MONGETA BLANCA SALTADES AMB VERDURES TRUITA DE FORMATGE Amb enciam i tomàquet Pa i iogurt	FIDEUS AMB VERDURES POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb enciam i olives Pa i iogurt	DINAR DE NADAL **SOPA DE BROU VEGETAL** **AMB GALETS** **POLLASTRE ROSTIT AMB PRUNES** **Pa i Torrons**	VACANCES DE NADAL
DIMECRES	ARRÒS AMB VERDURES LLUÇ A LA MARINERA amb tomàquet al forn Pa i fruita del temps	CREMA DE CARBASSA PEIX PLANXA Pa i fruita del temps	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIJOUS	FESTIU	CIGRONS AMB VERDURES TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET BACALLÀ A L'ALLET amb verduretes i xampinyons Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIVENDRES	FESTIU	SOPA BROU D'AU AMB PISTONS HAMBURGUESA DE POLLASTRE amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	TRINXAT DE COL I PATATA S/CANSALDA TRUITA A LA FRANCESA amb verduretes i xampinyons Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL

L'hivern ja arriba i amb ell el fred i les vacances de nadal!

Taronja, poma, mandarina, bleda, col, xirivia... El desembre ve carregat de bons aliments que ens ajudaran a escalfar-nos

**TOTS ELS INGREDIENTS ES COMPROVARÀ QUE NO CONTINGUIN PORC.

Teno
Cuina i lleure de proximitat

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

SENSE GLUTEN

INSTITUT XXV OLIMPÍADA

Desembre

	DEL 3 AL 7 DE DESEMBRE	DEL 10 AL 14 DE DESEMBRE	DEL 17 AL 21 DE DESEMBRE	
DILLUNS	MACARRONS S/GLUTEN AMB SALSA DE TOMÀQUET POLLASTRE PLANXA amb enciam i pastanaga Pa S/GLUTEN i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET PEIX PLANXA amb enciam I tomàquet Pa S/GLUTEN i fruita del temps	LLENTIES AMB VERDURES PEIX PLANXA Amb enciam i tomàquet Pa S/GLUTEN i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIMARTS	MONGETA BLANCA SALTADES AMB BACÓ TRUITA DE FORMATGE Amb enciam i tomàquet Pa S/GLUTEN i iogurt	FIDEUS S/GLUTEN A LA CASSOLA POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb enciam i olives Pa S/GLUTEN i iogurt	DINAR DE NADAL **ESCUDELLA AMB GALETS** S/GLUTEN **POLLASTRE ROSTIT AMB PRUNES** **Pa** S/GLUTEN **i Torrons***	VACANCES DE NADAL
DIMECRES	ARRÒS AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA amb tomàquet al forn Pa S/GLUTEN i fruita del temps	CREMA DE CARBASSA LLOM AMB SALSA DE POMA Pa S/GLUTEN i fruita del temps	ESPAGUETIS S/GLUTEN AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS TRUITA DE PERNIL* amb enciam i blat de moro Pa S/GLUTEN i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIJOUS	FESTIU	CIGRONS ESTOFATS TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i cogombre Pa S/GLUTEN i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET BACALLÀ A L'ALLET amb verduretes i xampinyons Pa S/GLUTEN i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIVENDRES	FESTIU	SOPA BROU D'AU AMB PISTONS S/GLUTEN HAMBURGUESA DE POLLASTRE* amb enciam i tomàquet Pa S/GLUTEN i fruita del temps	TRINXAT DE COL I PATATA COLL DE PORC amb verduretes i xampinyons Pa S/GLUTEN i fruita del temps	VACANCES DE NADAL

L'hivern ja arriba i amb ell el fred i les vacances de nadal!

Taronja, poma, mandarina, bleda, col, xirivia... El desembre ve carregat de bons aliments que ens ajudaran a escalfar-nos

Teno
Cuina i lleure de proximitat

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

VEGETARIÀ

INSTITUT XXV OLIMPÍADA

Desembre

	DEL 3 AL 7 DE DESEMBRE	DEL 10 AL 14 DE DESEMBRE	DEL 17 AL 21 DE DESEMBRE	
DILLUNS	MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET CROQUETES VEGETALS amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA A LA FRANCESA Amb enciam I tomàquet Pa i fruita del temps	AMANIDA DE TOMÀQUET, ENCIAM, FORMATGE I BLAT DE MORO LLENTIES AMB VERDURES Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIMARTS	MONGETA BLANCA SALTADES AMB VERDURES TRUITA DE FORMATGE Amb enciam i tomàquet Pa i iogurt	AMANIDA DE TOMÀQUET, ENCIAM, FORMATGE I BLAT DE MORO FIDEUS AMB VERDURES Pa i iogurt	DINAR DE NADAL **SOPA BROU VEGETAL AMB GALETS** **CANELONS D'ESPINACS** **Pa i Torrons**	VACANCES DE NADAL
DIMECRES	CREMA DE VERDURES ARRÒS AMB VERDURES I TOFU Pa i fruita del temps	CREMA DE CARBASSA SEITAN AMB SALSA DE POMA Pa i fruita del temps	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS TRUITA DE FORMATGE amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIJOUS	FESTIU	CIGRONS ESTOFATS TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i cogombre Pa i fruita del temps	CREMA DE VERDURES ARRÒS AMB TOMÀQUET Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIVENDRES	FESTIU	SOPA BROU VEGETAL AMB PISTONS HAMBURGUESA VEGETAL amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	TRINXAT DE COL I PATATA SEITAN ESTOFAT amb verduretes i xampinyons Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL

L'hivern ja arriba i amb ell el fred i les vacances de nadal!

Taronja, poma, mandarina, bleda, col, xirivia... El desembre ve carregat de bons aliments que ens ajudaran a escalfar-nos

Teno
Cuina i lleure de proximitat

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

BAIX EN FRUCTOSA

INSTITUT XXV OLIMPÍADA

Desembre

	DEL 3 AL 7 DE DESEMBRE	DEL 10 AL 14 DE DESEMBRE	DEL 17 AL 21 DE DESEMBRE	
DILLUNS	MACARRONS AMB OLI I ORENGA CROQUETES DE POLLASTRE amb enciam Pa i fruita permesa	ARRÒS BLANC AMB OLI DELÍCIES DE PEIX amb enciam Pa fruita permesa	COLIFLOR AMB PATATA CALAMARS A LA ROMANA Amb enciam I COGOMBRE Pa i fruita permesa	VACANCES DE NADAL
DIMARTS	MONGETA VERDA AMB PATATA TRUITA DE FORMATGE Amb enciam I OLIVES Pa i iogurt NATURAL	PASTA AMB OLI I ORENGA POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb enciam i olives Pa i iogurt NATURAL	DINAR DE NADAL **ESCUDELLA AMB GALETS** **CANELONS DE L'ÀVIA** **Pa i Torrons**	VACANCES DE NADAL
DIMECRES	ARRÒS AMB OLI S/TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB PATATES Pa fruita permesa	ESPINACS AMB PATATA LLOM A LA PLANXA Pa i fruita permesa	ESPAGUETIS AMB OLI I XAMPINYONS TRUITA DE PERNIL amb enciam i blat de moro Pa fruita permesa	VACANCES DE NADAL
DIJOUS	FESTIU	ARRÒS BLANC AMB OLI TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i cogombre Pa i fruita permesa	ARRÒS BLANC AMB OLI BACALLÀ A L'ALLET Pa i fruita del temps	VACANCES DE NADAL
DIVENDRES	FESTIU	SOPA DE BROU D'AU AMB PISTONS HAMBURGUESA DE POLLASTRE amb enciam I OLIVES Pa i fruita permesa	TRINXAT DE COL I PATATA COLL DE PORC AMB XAMPINYONS Pa i fruita permesa	VACANCES DE NADAL

L'hivern ja arriba i amb ell el fred i les vacances de nadal!

Taronja, poma, mandarina, bleda, col, xirivia... El desembre ve carregat de bons aliments que ens ajudaran a escalfar-nos

FRUITES PERMESES: MANDARINA, TARONJA, PLÀTAN, MELÓ, KIWI, MADUIXA

Els iogurts HAURAN DE SER SENSE SUCRE AFEGIT (NATURAL) NO IOGURT DE FRUITA O SABORITZATS.

Teno
Cuina i lleure de proximitat

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186