ESCOLA ANNA MOGAS

SENSE OU

OCTUBRE 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DIA	**DIA**	**DIA**	**DIA 1**	**DIA 2**
			Amanida de patata Gall dindi al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada *83 Kcal 2,9g Prot 7,5g Lip 0,8g Hc*	Macarrons (s/gluten/ou) amb carbonara vegetal Botifarra de porc amb samfaina - Fruita de temporada *598 Kcal 26,3g Prot 31,2g Lip 51,8g Hc*
DIA 5	**DIA 6**	**DIA 7**	**DIA 8**	**DIA 9**
Crema de carbassó Gall dindi al forn Enciam i blat de moro Iogurt natural *206 Kcal 8,4g Prot 14,7g Lip 9,2g Hc*	Amanida de cigrons (pastanaga, blat de moro i tomàquet) Mandonguilles mixtes a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata) - Fruita de temporada *478 Kcal 20,3g Prot 27,9g Lip 30,1g Hc*	Arròs integral amb salsa de tomàquet Salmó al forn amb anet Enciam i olives Fruita de temporada *361 Kcal 29,4g Prot 13,6g Lip 30,3g Hc*	Bròquil, patata i pastanaga Llenties estofades amb verdures - Fruita de temporada *358 Kcal 19,8g Prot 9,4g Lip 43,3g Hc*	Fideus (s/gluten) a la cassola amb verdures Pollastre al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada *717 Kcal 50,1g Prot 32,5g Lip 52,4g Hc*
DIA 12	**DIA 13**	**DIA 14**	**DIA 15**	**DIA 16**
FESTIU NACIONAL	Crema de pastanaga Lluç al forn amb all i julivert Enciam i brots de soja Iogurt natural *245 Kcal 23,9g Prot 10,6g Lip 12,8g Hc*	Amanida d'arròs (pebrot vermell, blat de moro i olives) Cigrons estofats amb verdures - Fruita de temporada *558 Kcal 19g Prot 13,8g Lip 85,5g Hc*	Mongeta tendra amb patata Gall dindi al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada *152 Kcal 3g Prot 15,2g Lip 0,7g Hc*	Espaguetis (s/gluten, s/ou) amb verdures Pollastre al xilindrón Enciam i blat de moro Fruita de temporada *560 Kcal 38,7g Prot 35,7g Lip 19,1g Hc*
DIA 19	**DIA 20**	**DIA 21**	**DIA 22**	**DIA 23**
Llenties estofades amb quinoa Gall dindi al forn Enciam i olives Iogurt natural *464 Kcal 22,8g Prot 17,4g Lip 51g Hc*	Amanida russa (s/ou ni maionesa) Macarrons (s/gluten/ou) amb bolonyesa vegetal - Fruita de temporada *448 Kcal 24,3g Prot 13,2g Lip 57,7g Hc*	Mongetes blanques estofades amb verdures Pollastre a la llimona Enciam i espàrrecs Fruita de temporada *297 Kcal 18,6g Prot 8,8g Lip 26,8g Hc*	Paella marinera Lluç al forn amb all i julivert Enciam i pastanaga Fruita de temporada *419 Kcal 33,2g Prot 11,8g Lip 44,3g Hc*	Coliflor gratinada amb beixamel Roti de gall d'indi a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata) - Fruita de temporada *278 Kcal 18g Prot 17,5g Lip 9,5g Hc*
DIA 26	**DIA 27**	**DIA 28**	**DIA 29**	**DIA 30**
Tricolor de verdures amb dauets de gall d´indi Gall dindi al forn Enciam i tomàquet Iogurt natural *212 Kcal 9,1g Prot 14,7g Lip 10,5g Hc*	Cigrons amb espinacs Botifarra de porc al forn Enciam i pastanaga Fruita de temporada *982 Kcal 52g Prot 47,5g Lip 78,3g Hc*	Crema de verdures Pollastre rostit al forn amb herbes aromàtiques Patates xips Fruita de temporada *832 Kcal 29,6g Prot 50,7g Lip 57,8g Hc*	Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga, blat de moro) Llenties estofades amb verdures - Fruita de temporada *555 Kcal 22,7g Prot 8,1g Lip 93,7g Hc*	Macarrons (s/gluten/ou) amb salsa de tomàquet i tonyina Lluç arrebossat Enciam i olives Fruita de temporada *719 Kcal 22,7g Prot 37,9g Lip 73,9g Hc*

Tots els àpats van acompanyats d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Leticia García Vozmediano (CAT002549), graduada en Nutrició Humana i Dietètica.

D'acord amb el Reglament (UE) 1169/2011, relatiu a la informació alimentària facilitada al consumidor; el Reial decret 126/2015, relatiu a la informació alimentària dels aliments que es presenten sense envasar i dels aliments subministrats a les col·lectivitats; i el Reial decret 315/2025, pel qual s'estableixen normes de desenvolupament de la Llei 17/2011 per al foment d'una alimentació saludable i sostenible en els centres educatius.

CATASA disposa de menús adaptats per a l'alumnat amb al·lèrgies, intoleràncies i altres necessitats alimentàries especials, d'acord amb la corresponent indicació mèdica.

Per a qualsevol informació sobre al·lèrgens o necessitats alimentàries especials, poseu-vos en contacte amb les nostres oficines centrals.

Catasa