ESCOLA ANNA MOGAS

# SENSE LACTOSA NI CIGRONS

NOVEMBRE 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **DIA 2**<br>Llenties estofades amb verdures<br>Truita de patata<br>Enciam i blat de moro<br>Iogurt natural sense lactosa | **DIA 3**<br>Crema de pastanaga ecològica<br>Roti de gall d'indi a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata)<br>-<br>Fruita de temporada | **DIA 4**<br>Arròs integral amb salsa de tomàquet<br>Lluç al forn amb all i julivert<br>Enciam i olives<br>Fruita de temporada | **DIA 5**<br>Mongeta tendra amb patata<br>Truita francesa<br>Enciam<br>Fruita de temporada | **DIA 6**<br>Sopa d'au amb pistons<br>Nuggets de pollastre<br>Enciam i tomàquet<br>Fruita de temporada |
| **DIA 9**<br>Pèsols amb patates<br>Pollastre a la llimona<br>Enciam i pastanaga<br>Iogurt natural sense lactosa | **DIA 10**<br>Arròs amb verdures<br>Lluç al forn amb all i julivert<br>Enciam i brots de soja<br>Fruita de temporada | **DIA 11**<br>Mongetes blanques estofades amb verdures<br>Truita d'espinacs<br>Enciam i olives<br>Fruita de temporada | **DIA 12**<br>Crema de verdures<br>Macarrons integrals ecològics amb bolonyesa vegetal<br>-<br>Fruita de temporada | **DIA 13**<br>Bròquil amb patata<br>Llom rostit amb salsa de xampinyons<br>-<br>Fruita de temporada |
| **DIA 16**<br>Llenties estofades amb verdures<br>Hamburguesa de porc i vedella al forn<br>Enciam i olives<br>Iogurt natural sense lactosa | **DIA 17**<br>Macarrons integrals ecològics a la napolitana<br>Truita de carbassó<br>Enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada | **DIA 18**<br>Crema de carbassa<br>Gallineta en salsa verda<br>Fruita de temporada | **DIA 19**<br>Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga, truita i pernil dolç)<br>Truita francesa<br>Enciam<br>Fruita de temporada | **DIA 20**<br>Menestra de verdures<br>Pollastre rostit al forn amb herbes aromàtiques<br>Enciam i blat de moro<br>Fruita de temporada |
| **DIA 23**<br>Patates estofades amb verdures<br>Truita francesa<br>Enciam i brots de soja<br>Iogurt natural sense lactosa | **DIA 24**<br>Arròs integral amb salsa de tomàquet<br>Mandonguilles de porc i vedella amb salsa de xampinyons<br>-<br>Fruita de temporada | **DIA 25**<br>Mongetes blanques amb bledes<br>Lluç al forn amb all i julivert<br>Enciam i olives<br>Fruita de temporada | **DIA 26**<br>Fideuà de verdures<br>Pollastre a l'allet<br>Enciam i tomàquet<br>Fruita de temporada | **DIA 27**<br>Mongeta tendra amb patata<br>Llenties estofades amb quinoa<br>-<br>Fruita de temporada |
| **DIA 30**<br>Crema de carbassó<br>Pollastre rostit al forn amb herbes aromàtiques<br>Enciam i blat de moro<br>Iogurt natural sense lactosa | | | | |

**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