

MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Pera	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Croquetes de peix Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Gallineta al forn Enciam i tomàquet logurt	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Filet de nero a la planxa Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Salmó a la planxa Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patates Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la Marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Lluç al forn Amanida variada Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense carn	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, tonyina, maionesa) Filet de bacallà amb Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Calamars a la romana Enciam, cogombre i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA

JUNY 2017

Sense porc



7. MÓN DE
LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam, tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç al forn Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruita	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardineria Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Llibrets de gall dindi Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Truita francesa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Llom a la planxa Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (blat de moro, olives, tomàquet) Gall d'indi planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Llom a la planxa Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense peix	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Llibrets de gall dindi Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
 AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT 	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Bistec de pollastre arrebossat Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Llom a la planxa Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, patata, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de porc a la jardinera (pèsols, pastanaga, mongeta) Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
BASAL	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, tonyina, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Llibrets de gall dindi Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



BON ESTIU...!!

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA
CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA.

"D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren".
L'empresa SERHS vetlla per la utilització de productes de proximitat i ecològics sempre que sigui possible.

MENÚ ESCOLES TERRASSA

JUNY 2017

Sense lactosa



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb xampinyons Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt s/lactosa	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruita	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat Enciam, cogombre i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb xampinyons Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet Pera	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Platan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Llom a la planxa Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de porc a la jardinera Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense PLV	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat Enciam, cogombre i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
 AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons S/G amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta S/G (tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis S/G amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Lluç al forn Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense gluten	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat (s/gluten) Enciam, cogombre i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT 	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons s/ou amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre (s/ou) Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro) (s/fruita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam, tomàquet i formatge fresc logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta s/ou (tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam, i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Lluç al forn Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i pastanaga Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis s/ou amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Amanida variada Macedònia de fruita	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Pit de gall dindi a la planxa Enciam i cogombre Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense ou	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols) (s/maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat (s/ou) Enciam, cogombre i blat de moro	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam i pinya Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets, tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i olives Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense fruits secs	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Llibret de gall dindi Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Pèsols i patata Filet de nero a la planxa Enciam i pinya Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Bistec de pollastre a la planxa Enciam i tomàquet Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Mongeta tendra i patata Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pera Meló	

DIMECRES	7
Bròquil i patata Truita francesa Enciam i brots de soja Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Mongeta tendra i pastanaga Truita de patata Amanida variada Poma	

DIJOUS	1
Crema de verdures Lluç al forn Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Vedella a la planxa Amanida verda Sindria	
DIJOUS	15
Pèsols i patata Truita francesa Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Hipocalòrica	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols) (s/ maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Gall d'indi a la planxa Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Mongeta tendra i patata Pollastre arrebossat Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Arròs amb xampinyons al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural s/sucre	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets, tonyina, olives, cogombre) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita francesa Enciam i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Patates guisades (tomàquet) Filet de gall d'indi planxa Amanida variada Síndria	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa tomàquet Truita de patata Amanida variada Fruita del temps	

DIJOUS	1
Patates guisades (sofregit de tomàquet) Delícies de lluç a la marinera Enciam i api Meló	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella amb patates Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb carxofes i calamars Truita francesa amb formatge Enciam i cogombre Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense fructosa ni sorbitol (no poma, pera ni mango)	
DIVENDRES	2
Carxofes i patata Bistec de pollastre Xampinyons Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat Enciam i cogombre Fruita del temps	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam i pinya Pera	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Fingers de pollastre Enciam i olives Poma	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet Plàtan	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pera Pera	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa tomàquet Truita de patata Amanida variada Poma	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Nectarina	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense soja, síndria, meló, kiwi ni fruits secs	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb xampinyons Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Poma	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt s/lactosa	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets, tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Poma	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita francesa Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense lactosa, préssec ni alpiste	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de gall dindi a la planxa Enciam i pinya Poma	
DILLUNS	12
Mongeta tendra i patata Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Taronja	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, blat de moro i truita) (s/pèsols) Llom a la planxa Tomàquet i carbassó Fruita del temps	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet fresc Pera	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (blat de moro, olives, tomàquet) Gall d'indi planxa Tomàquet provençal Fruita del temps	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i olives Fruita del temps	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Patates guisades (ceba, tomàquet) Hamburguesa de vedella, Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Patates guisades (ceba, tomàquet, pastanaga) Mandonguilles de gall dindi Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardineria (s/pèsols) Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense fruits secs, peix, marisc, llegums, préssec, plàtan, meló.	
DIVENDRES	2
Carxofes i patata Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de patata (tomàquet, ceba, olives) (s/tonyina) Llibret de gall dindi Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero arrebossat Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata amb maionesa Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada amb formatge Pollastre al forn Enciam, pera i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella amb formatge fós Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruita	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó amb nata i crostonets Estofat de vedella a la jardinera Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Hipercalòrica	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre arrebossat Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Llibret de gall dindi Enciam, cogombre i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb verdures Filet de nero a la planxa Enciam i pipes Fruita del temps	
DILLUNS	12
Mongeta tendra i patata Pollastre arrebossat Enciam i olives Fruita del temps	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, blat de moro i truita) (s/pèsols) Lluç al forn Tomàquet Fruita del temps	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet Fruita del temps	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets, tonyina, olives, cogombre) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Fruita del temps	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Fruita del temps	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita francesa Enciam i olives Fruita del temps	
DIMECRES	14
Patates guisades (tomàquet) Filet de gall d'indi planxa Enciam i cogombre logurt sense lactosa	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa tomàquet Truita francesa Amanida variada Fruita del temps	

DIJOUS	1
Patates guisades (tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Fruita del temps	
DIJOUS	8
Crema de pastanaga Estofat de vedella amb patates Fruita del temps	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita francesa Enciam i pastanaga Fruita del temps	

JUNY 2017	
Baixa en FODMAPS, lactosa i fructosa	
DIVENDRES	2
Mongeta tendra, pastanaga i patata Bistec de pollastre Salsa de taronja Fruita del temps	
DIVENDRES	9
Amanida de patata (tomàquet, pastanaga, olives) (s/ceba) Filet de gall dindi arrebossat Enciam, cogombre i blat de moro Fruita del temps	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardineria Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb carxofes Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense marisc, calamar ni sípia	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Llibret de gall dindi Enciam, cogombre i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA

JUNY 2017



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons s/ou amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Mongeta tendra i patata Escalopa de bistec de pollastre (s/ou) Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, blat de moro) (s/truita ni pèsols) Lluç a la planxa Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta s/ou (tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam, pera i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Lluç al forn Enciam i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Patates guisades (ceba, tomàquet) Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Per	
DIMECRES	21
Espaguetis s/ou amb salsa tomàquet Bacallà al forn Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Patates guisades (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardineria (s/pèsols) Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Pit de gall dindi a la planxa Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

DIVENDRES	2
Carxofes i patata Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de patata (tomàquet, ceba, tonyina, olives) Filet de gall dindi arrebossat (s/ou) Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam i pipes logurt natural	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre Enciam, tomàquet i olives logurt natural	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Filet de lluç al forn Tomàquet i carbassó logurt natural	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (llacets tonyina, blat de moro, palets de cranc) Lluç al forn Tomàquet provençal logurt natural	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes logurt natural	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives logurt natural	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Filet de gall dindi planxa Enciam i cogombre logurt natural	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa tomàquet Truita de patata Amanida variada logurt natural	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api logurt natural	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de gall dindi a la jardinera logurt natural	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga logurt natural	

JUNY 2017	
Sense vedella ni fruita	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre ceba potxada logurt natural	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Llibret de gall dindi Enciam i blat de moro logurt natural	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PIZZA GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons S/G amb xampinyons Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Fingers de pollastre Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet Pera	
DIMARTS	13
Amanida de pasta S/G (tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç al forn Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Filet de gall dindi planxa Enciam i cogombre Nectarina	
DIMECRES	21
Espaguetis S/G amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Lluç al forn Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de porc a la jardineria Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense gluten ni PLV	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat (s/gluten) Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons S/G amb xampinyons Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre S/G Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt s/lactosa	
DIMARTS	13
Amanida de pasta S/G (tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre logurt s/lactosa	
DIMECRES	21
Espaguetis S/G amb salsa tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Lluç al forn Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Sindria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

JUNY 2017	
Sense gluten ni lactosa	
DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat s/g Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
 AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA

JUNY 2017

Sense gluten ni ou



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons S/G amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Escalopa de bistec de pollastre S/G (s/ou) Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro) (s/truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta S/G (tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Lluç al forn Enciam, brots de soja i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre logurt natural	
DIMECRES	21
Espaguetis S/G amb salsa tomàquet Bacallà al forn Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Lluç al forn Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Pit de gall dindi a la planxa Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols) (s/maionesa) Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat (S/G i s/ou) Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA

JUNY 2017



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb xampinyons Filet de nero a la planxa Enciam i pinya Meló	
DILLUNS	12
Mongeta tendra i patata Escalopa de bistec de pollastre Enciam i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, blat de moro) (sense pèsols) Filet lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Pollastre al forn Enciam i tomàquet Pera	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Enciam i olives Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre Pera	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardineria (s/pèsols) Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

DIVENDRES	2
Patata, mongeta i pastanaga Bistec de pollastre Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de llegums (tomàquet, pastanaga, olives) Filet de gall dindi arrebossat Enciam, cogombre i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	



MENÚ ESCOLES TERRASSA

JUNY 2017

Sense soja ni pollastre



7. MÓN DE LES FRUITES

DILLUNS	5
Macarrons amb salsa funghi i formatge ratllat Filet de nero a la planxa Enciam, pinya i pipes Meló	
DILLUNS	12
Minestra de verdures Llom arrebossat Enciam, tomàquet i olives Préssec	
DILLUNS	19
Amanida d'arròs (pastanaga, pèsols, blat de moro i truita) Lluç al forn Tomàquet i carbassó Plàtan	

DIMARTS	6
Mongeta tendra i patata Peix al forn Enciam i tomàquet logurt natural	
DIMARTS	13
Amanida de pasta (tonyina, blat de moro) (s/palets de cranc) Lluç a la planxa Tomàquet provençal Plàtan	
DIMARTS	20
Crema de verdures de temporada Llom a la planxa Enciam, pera i pipes Meló	

DIMECRES	7
Arròs amb salsa napolitana Truita de patata i ceba Enciam i olives Albercocs	
DIMECRES	14
Mongeta blanca amb patata Hamburguesa de vedella Enciam i cogombre logurt natural	
DIMECRES	21
Espaguetis amb salsa tomàquet Truita de patata Amanida variada Macedònia de fruites	

DIJOUS	1
Cigrons guisats (ceba, tomàquet, pastanaga) Delícies de lluç a la marinera Enciam, pastanaga i api Pera	
DIJOUS	8
Crema de carbassó Estofat de vedella a la jardinera Síndria	
DIJOUS	15
Arròs amb tomàquet Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pinya en el seu suc	

DIVENDRES	2
Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta, pèsols, maionesa) Llom a la planxa Salsa de taronja i ceba Nectarina	
DIVENDRES	9
Amanida de pasta (tomàquet, pastanaga, olives) Fingers de peix Enciam i blat de moro Poma	
DIVENDRES	16
AMANIDA VARIADA PICA PICA PANINI GELAT	

