SENSE GLUTEN - Maig 2026

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTIU
4 Sopa casolana de lluç sense gluten Pernilets de pollastre al forn amb guarnició Fruita de temporada	**5** Amanida de pasta sense gluten Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada	**6** Llenties pardines guisades Croquetes sense gluten amb guarnició Fruita de temporada	**7** Mongeta verda i patata Hamburguesa casolana de vedella amb guarnició Fruita de temporada	**8** Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de patata i ceba amb guarnició Iogurt
11 Pasta sense gluten amb tomàquet Bacallà al forn amb guarnició Fruita de temporada	**12** Crema de carbassa i pastanaga Gall dindi a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	**13** Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb guarnició Fruita de temporada	**14** Mongetes blanques amb verdures Lluç a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	**15** Ensaladilla russa Llom de porc al forn amb guarnició Iogurt
18 Cigrons estofat amb verdures Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada	**19** Macarrons sense gluten amb tomàquet Pollastre al forn en el seu suc amb guarnició Fruita de temporada	**20** Sopa de verdures amb quinoa Llibrets de llom amb guarnició Fruita de temporada	**21** Amanida d'arròs Gall dindi a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	FESTA LLIURE ELECCIÓ
FESTIU	**26** Sopa casolana sense gluten Botifarra de pagès amb guarnició Fruita de temporada	**27** Llenties de l'àvia Tacs de pollastre estofats amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada	**28** Minestra de verdures Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada	**29** Espaguetis sense gluten amb tomàquet Pit de pollastre arrebossat amb guarnició Iogurt

cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

LES POSTRES

Cal que la majoria de les postres de la setmana escolar siguin a base de fruita fresca de temporada i de proximitat, i es pot reservar un dia per al iogurt.

El grau de maduració de la fruita ha de ser l'òptim per facilitar-ne l'acceptació. En la mesura que sigui possible, és aconsellable que la fruita fresca sigui variada.

CENTRE ARRELS

Menús revisats per Cristina Ballester de Cendra . Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada CAT001089

R.E.S.I.P.A.C 26.4388/CAT N.R.S. 26.01796/B

cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

LES POSTRES

Cal que la majoria de les postres de la setmana escolar siguin a base de fruita fresca de temporada i de proximitat, i es pot reservar un dia per al iogurt.

El grau de maduració de la fruita ha de ser l'òptim per facilitar-ne l'acceptació. En la mesura que sigui possible, és aconsellable que la fruita fresca sigui variada.

VEGETARIA - Maig 2026

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTIU
4 Sopa casolana de verdures Crestes de formatge amb guarnició Fruita de temporada	5 Amanida de pasta Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	6 Llenties pardines guisades Tofu al forn amb guarnició Fruita de temporada	7 Mongeta verda i patata Seità a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	8 Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de patata i ceba amb guarnició Iogurt
11 Pasta amb tomàquet Crestes de formatge amb guarnició Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Tofu a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	13 Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb guarnició Fruita de temporada	14 Mongetes blanques amb verdures Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	15 Ensaladilla russa Seità a la planxa amb guarnició Iogurt
18 Cigrons estofat amb verdures Crestes de formatge amb guarnició Fruita de temporada	19 Macarrons amb tomàquet Tofu al forn amb guarnició Fruita de temporada	20 Sopa de verdures amb quinoa Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	21 Amanida d'arròs Seità a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	FESTA LLIURE ELECCIÓ
FESTIU	26 Sopa casolana de verdures Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	27 Llenties de l'àvia Crestes de formatge amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada	28 Minestra de verdures Tofu a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	29 Espaguetis amb tomàquet Seità a la planxa amb guarnició Iogurt

CENTRE ARRELS

Menús revisats per Cristina Ballester de Cendra . Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada CAT001089

R.E.S.I.P.A.C 26.4388/CAT N.R.S. 26.01796/B

VEGA - Maig 2026

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTIU
4 Sopa casolana de verdures Verdures de temporada Fruita de temporada	5 Amanida de pasta Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	6 Llenties pardines guisades Tofu al forn amb guarnició Fruita de temporada	7 Mongeta verda i patata Seità a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	8 Arròs amb sofregit de tomàquet Verdures de temporada Làctic soja
11 Pasta amb tomàquet Verdures de temporada Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Tofu a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	13 Arròs tres delícies Verdures de temporada Fruita de temporada	14 Mongetes blanques amb verdures Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	15 Ensaladilla russa Seità a la planxa amb guarnició Làctic soja
18 Cigrons estofat amb verdures Verdures de temporada Fruita de temporada	19 Macarrons amb tomàquet Tofu al forn amb guarnició Fruita de temporada	20 Sopa de verdures amb quinoa Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	21 Amanida d'arròs Seità a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	FESTA LLIURE ELECCIÓ
FESTIU	26 Sopa casolana de verdures Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	27 Llenties de l'àvia Verdures de temporada Fruita de temporada	28 Minestra de verdures Tofu a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	29 Espaguetis amb tomàquet Seità a la planxa amb guarnició Làctic soja

cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

LES POSTRES

Cal que la majoria de les postres de la setmana escolar siguin a base de fruita fresca de temporada i de proximitat, i es pot reservar un dia per al iogurt.

El grau de maduració de la fruita ha de ser l'òptim per facilitar-ne l'acceptació. En la mesura que sigui possible, és aconsellable que la fruita fresca sigui variada.

CENTRE ARRELS

Menús revisats per Cristina Ballester de Cendra . Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada CAT001089

R.E.S.I.P.A.C 26.4388/CAT N.R.S. 26.01796/B

SENSE LACTOSA NI PROT. LLET VACA INDIVIDUAL - Maig 2026

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTIU
4 Sopa marinera de lluç Pernilets de pollastre al forn amb enciam i cogombre Fruita de temporada	5 Amanida de pasta Lluç a la marinera Fruita de temporada	6 Llenties pardines guisades Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	7 Mongeta verda i patata Hamburguesa casolana de vedella amb xampinyons Fruita de temporada	8 Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga Làctic sense lactosa
11 Pasta amb tomàquet Bacallà al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Gall dindi a la planxa amb patates panadera Fruita de temporada	13 Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb tomàquet provençal Fruita de temporada	14 Mongetes blanques amb verdures Daus de Rosada arrebossats al forn amb enciam i cogombre Fruita de temporada	15 Ensaladilla russa Llom de porc al forn amb guarnició Làctic sense lactosa
18 Cigrons estofat amb verdures Lluç al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	19 Macarrons amb tomàquet Pollastre al forn en el seu suc amb patata al caliu Fruita de temporada	20 Sopa de verdures amb quinoa Llibrets de llom amb enciam i olives Fruita de temporada	21 Amanida d'arròs Gall dindi a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	FESTA LLIURE ELECCIÓ
FESTIU	26 Sopa casolana de pollastre Botifarra de pagès amb xips Fruita de temporada	27 Llenties de l'àvia Tacs de pollastre estofats amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada	28 Minestra de verdures Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Espaguetis amb tomàquet Pit de pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet Làctic sense lactosa

cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

LES POSTRES

Cal que la majoria de les postres de la setmana escolar siguin a base de fruita fresca de temporada i de proximitat, i es pot reservar un dia per al iogurt.

El grau de maduració de la fruita ha de ser l'òptim per facilitar-ne l'acceptació. En la mesura que sigui possible, és aconsellable que la fruita fresca sigui variada.

CENTRE ARRELS

Menús revisats per Cristina Ballester de Cendra . Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada CAT001089

R.E.S.I.P.A.C 26.4388/CAT N.R.S. 26.01796/B

ESPECIAL SENSE MARISC - Maig 2026

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTIU
4 Sopa casolana de verdures Pernilets de pollastre al forn amb enciam i cogombre Fruita de temporada	5 Amanida de pasta Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada	6 Llenties pardines guisades Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	7 Mongeta verda i patata Hamburguesa casolana de vedella amb xampinyons Fruita de temporada	8 Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga Iogurt
11 Canelons gratinats Bacallà al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Cordón bleu de gall dindi amb patates panadera Fruita de temporada	13 Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb tomàquet provençal Fruita de temporada	14 Mongetes blanques a la Riojana Lluç a la planxa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	15 Ensaladilla russa Llom de porc al forn amb salsa de mel i mostassa Iogurt
18 Cigrons estofat amb verdures Lluç al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	19 Macarrons amb tomàquet Pollastre al forn en el seu suc amb patata al caliu Fruita de temporada	20 Sopa de verdures amb quinoa Llibrets de llom amb enciam i olives Fruita de temporada	21 Amanida d'arròs Gall dindi a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	FESTA LLIURE ELECCIÓ
FESTIU	26 Sopa casolana de pollastre Botifarra de pagès amb xips Fruita de temporada	27 Llenties de l'àvia Tacs de pollastre estofats amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada	28 Minestra de verdures Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Espaguetis a la carbonara Pit de pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet Iogurt

cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

LES POSTRES

Cal que la majoria de les postres de la setmana escolar siguin a base de fruita fresca de temporada i de proximitat, i es pot reservar un dia per al iogurt.

El grau de maduració de la fruita ha de ser l'òptim per facilitar-ne l'acceptació. En la mesura que sigui possible, és aconsellable que la fruita fresca sigui variada.

CENTRE ARRELS

Menús revisats per Cristina Ballester de Cendra . Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada CAT001089

R.E.S.I.P.A.C 26.4388/CAT N.R.S. 26.01796/B