

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!

Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.

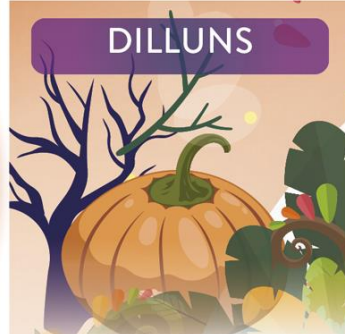
El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.



DILLUNS



Patates estofades amb verdures
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

(*) Crema parmentier
(pastanaga i porro) sense llet
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del temps

(*) Macarrons amb tomàquet i
orenga
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

Fals trinxat de col amb patata
Mandonguilles de porc a la
jardinera
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIMARTS

**FESTIU
TOTS SANTS**

Mongeta verda amb patata
(*) Hamburgueses d'au amb
sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
(*) Fruita del temps

Lenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam i tomàquet)
(*) Fruita del temps

(*) Crema de verdures sense llet
Estofat de gall dindi amb patata
(*) Fruita del temps

Lenties eco estofades amb magra
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

DIMECRES

(*) Crema de bròquil sense llet
(*) Lluc arrebossat amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de
moro)
Fruita del temps ecològica

(*) Fideus amb verdures
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

Mongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològica

Cigrons eco guisats amb espinacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Pasta saltada amb xampinyons
(*) Daus de tonyina amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
(*) Iogurt de soia

DIJOUS

(*) Macarrons amb oli i
alfàbrega
(*) Trita francesa amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps

(*) Cigrons eco saltats amb ceba
i alls
Pernilets de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
(*) Iogurt de soia

Sopa de fideus eco
Rap a l'andalusa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
(*) Iogurt de soia

Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
(*) Iogurt de soia

DIVENDRES

Llenties eco guisades amb
hortalisses
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fregides
(*) Fruita del temps

Arròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, tomàquet,
i blat de moro)
Fruita del temps

Arròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

Sopa de pasta eco
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del temps

ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE PLV

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!

Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.

El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.



MENÚ
ESPECIAL



INTEGRAL



PA
INTEGRAL



DENOMINACIÓ
D'ORIGEN



PEIX
FRESC



NOVA
RECEPTA



PROTEINA
VEGETAL



ECOLÒGIC



ELABORACIÓ
CASOLANA



BENESTAR
ANIMAL



KM 0

DILLUNS



Patates estofades amb
verdures
(*) Pollastre arrebossat sense
ou amb amanida (enciam,
tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Crema parmentier
(pastanaga i porro) sense llet
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del temps

(*) Macarrons sense ou amb
tomàquet i orenga
(*) Peix a la planxa amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

Fals trinxat de col amb patata
(*) Mandonguilles de porc sense
ou a la jardinera
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIMARTS

**FESTIU
TOTS SANTS**

Mongeta verda amb patata
(*) Hamburgueses d'au sense ou
amb sofregit de tomàquet i
timbal d'arròs integral
(*) Fruita del temps

Llenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
(*) Gall dindi a la planxa amb
amanida (enciam i tomàquet)
(*) Fruita del temps

(*) Crema de verdures sense llet
Estofat de gall dindi amb patata
(*) Fruita del temps

Llenties eco estofades amb magra
(*) Pollastre a la planxa amb
amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

DIMECRES

(*) Crema de bròquil sense llet
(*) Lluç arrebossat sense ou
amb amanida (enciam,
tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

(*) Fideus sense ou amb
verdures
(*) Llom a la planxa amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

Mongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològica

Cigrons eco guisats amb espinacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Pasta sense ou saltada amb
xampinyons
(*) Daus de tonyina amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
(*) Iogurt de soia

DIJOUS

(*) Macarrons amb oli i
alfàbrega
(*) Cap de llom a la planxa amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps

(*) Cigrons eco saltats amb ceba
i alls
Pernilets de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
(*) Iogurt de soia

(*) Sopa de fideus sense ou
(*) Rap a l'andalusa sense ou
amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
(*) Iogurt de soia

Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
(*) Iogurt de soia

DIVENDRES

Llenties eco guisades amb
hortalisses
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fregides
(*) Fruita del temps

Arròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, tomàquet,
i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Arròs amb tomàquet
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Sopa de pasta sense ou
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del temps

ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE PLV NI OU



endermar



NOVEMBRE

2022

“Plats ben calents”

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.MENÚ
ESPECIAL

INTEGRAL

PA
INTEGRALDENOMINACIÓ
D'ORIGENPEIX
FRESCNOVA
RECEPTAPROTEINA
VEGETAL

ECOLÒGIC

ELABORACIÓ
CASOLANABENESTAR
ANIMAL

KM 0

DILLUNS



DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**FESTIU
TOTS SANTS**

Patates estofades amb verdures
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

Mongeta verda amb patata
Hamburgueses mixtes amb sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
Fruita del temps i pa integral

(*) Fideus amb verdures
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

Cigrons eco saltats amb bacó
Pernilets de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
logurt sostenible natural sense
sucre

Arròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, tomàquet,
blat de moro)
Fruita del temps

Crema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del temps

Llenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps i pa integral

Mongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològica

Sopa de fideus eco
Rap a l'andalusa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
logurt sostenible natural sense
sucre

Arròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

Macarrons eco a la bolonyesa
(carn picada mixta de porc i vedella,
tomàquet i formatge)
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

Crema de verdures
Estofat de gall dindi amb patata
Fruita del temps i pa integral

Cigrons eco guisats amb espinacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
logurt

Sopa de pasta eco
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del temps

Fals trinxat de col amb patata
Mandonguilles de porc a la
jardinera
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

Llenties eco estofades amb magra
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

Pasta eco carbonara
(crema de llet, bacó i formatge)
(*) Daus de tonyina amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
logurt

**ESCOLA ROSER CAPDEVILA
SENSE SÍPIA, CALAMAR,
MUSCLOS NI CLOÏSSES**

www.endermar.com

Menús elaborats per l'equip de nutrició i
dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el l
listat d'ingredients

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

e
endermar

menús
sostenibles

NOVEMBRE

2022

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!

Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.

El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.



DILLUNS



Patates estofades amb verdures
San Jacobo d'au amb
amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

Crema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Canelons d'espínacs amb
tomàquet
Fruita del temps

(*) Macarrons amb tomàquet i
formatge
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

Fals trinxat de col amb patata
(*) Mandonguilles d'au a la
jardineria
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIMARTS

**FESTIU
TOTS SANTS**

Mongeta verda amb patata
(*) Hamburgueses d'au amb
sofregit de tomàquet i timbal
d'arròs integral
Fruita del temps i pa integral

Llenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam i tomàquet)
Fruita del temps i pa integral

Crema de verdures
Estofat de gall dindi amb patata
Fruita del temps i pa integral

(*) Llenties eco estofades amb
verdures
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

DIMECRES

Crema de bròquil
Calamars a la romana amb
amanida (enciam, tomàquet i
blat de moro)
Fruita del temps ecològica

Fideus a la marinera
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

Mongeta tendra amb patata
(*) Gall dindi a la planxa amb
xampinyons
Fruita del temps ecològica

Cigrons eco guisats amb espínacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Pasta carbonara
(crema de llet, xampinyons i
formatge)
Crestes de tonyina amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
logurt

DIJOUS

Macarrons eco al pesto
(oli, alfàbrega i formatge)
(*) Trita francesa amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps

(*) Cigrons eco saltats amb ceba
i alls
Pernilets de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
logurt sostenible natural sense
sucre

(*) Sopa vegetal amb fideus
Rap a l'andalusa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
logurt sostenible natural sense
sucre

Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
logurt

DIVENDRES

Llenties eco guisades amb
hortalisses
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fregides
Fruita del temps i pa integral

Arròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, tomàquet,
i blat de moro)
Fruita del temps

Arròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Sopa vegetal amb pasta
(*) Croquetes d'espínacs amb
amanida
Fruita del temps

ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE PORC

www.endermar.com

Menús elaborats per l'equip de nutrició i
dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el l
listat d'ingredients

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!

Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.

El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.



DILLUNS



7 Patates estofades amb verdures
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

14 Crema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del temps

21 Macarrons eco a la bolonyesa
(carn picada mixta de porc i vedella,
tomàquet i formatge)
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

28 Fals trinxat de col amb patata
(*) Mandonguilles de porc al
forn amb amanida (enciam,
tomàquet i olives)
Fruita del temps

DIMARTS

1 **FESTIU
TOTS SANTS**

8 Mongeta verda amb patata
Hamburgueses mixtes amb
sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
(*) Fruita del temps

15 (*) Pasta saltada amb verdures
(carbassó i pastanaga)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam i tomàquet)
(*) Fruita del temps

22 Crema de verdures
Estofat de gall dindi amb patata
(*) Fruita del temps

29 (*) Arròs amb magra
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

DIMECRES

2 Crema de bròquil
(*) Llom arrebossat amb
amanida (enciam, tomàquet i
blat de moro)
Fruita del temps ecològica

9 (*) Fideus amb verdures
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

16 Mongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològica

23 (*) Pasta amb beixamel
d'espínacs
Contracuí de pollastre a les
fines herbes al forn amb
amanida (enciam, tomàquet, i blat de
moro)
Fruita del temps

30 Pasta eco carbonara
(crema de llet, bacó i formatge)
(*) Daus de gall dindi saltats amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
logurt

DIJOUS

3 Macarrons eco al pesto
(oli, alfàbrega i formatge)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps

10 (*) Puré de carbassó
Pernils de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
logurt sostenible natural sense
sucre

17 (*) Sopa vegetal amb fideus
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
logurt sostenible natural sense
sucre

24 Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
(*) Llom amb tomàquet i arròs
logurt

DIVENDRES

4 (*) Crema de carbassa
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fregides
(*) Fruita del temps

11 Arròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

18 Arròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

25 (*) Sopa vegetal amb pasta
(*) Trita francesa amb amanida
Fruita del temps

ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE PEIX NI LLEGUMS



endermar



NOVEMBRE

2022

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.MENÚ
ESPECIAL

INTEGRAL

PA
INTEGRALDENOMINACIÓ
D'ORIGENPEIX
FRESCNOVA
RECEPTEPROTEINA
VEGETAL

ECOLÒGIC

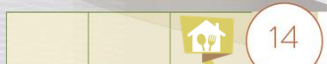
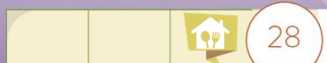
ELABORACIÓ
CASOLANABENESTAR
ANIMAL

KM 0

DILLUNS



1

**FESTIU
TOTS SANTS**Patates estofades amb verdures
(*) Pollastre arrebossat sense
gluten amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del tempsCrema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del temps(*) Macarrons sense gluten a la
bolonyesa
(carn picada mixta de porc i vedella,
tomàquet i formatge)
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològicaFals trinxat de col amb patata
(*) Mandonguilles de porc sense
gluten a la jardineria
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIMARTS

2

Crema de bròquil
(*) Llom arrebossat sense gluten
amb amanida (enciam,
tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològicaMongeta verda amb patata
(*) Hamburgueses mixtes sense
gluten amb sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
(*) Fruita del tempsLlenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam i tomàquet)
(*) Fruita del tempsCrema de verdures
Estofat de gall dindi amb patata
(*) Fruita del tempsLlenties eco estofades amb magra
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

DIMECRES

3

(*) Macarrons sense gluten al
pesto
(oli, alfàbrega i formatge)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps(*) Fideus sense gluten amb
verdures
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològicaMongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològicaCigrons eco guisats amb espinacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps(*) Pasta sense gluten carbonara
(crema de llet, bacó i formatge)
(*) Daus de gall dindi saltats amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
logurt

DIJOUS

4

(*) Macarrons sense gluten al
pesto
(oli, alfàbrega i formatge)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del tempsCigrons eco saltats amb bacó
Pernilets de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
logurt sostenible natural sense
sucre(*) Sopa de fideus sense gluten
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
logurt sostenible natural sense
sucreMongeta verda amb
pastanaga a l'allet
(*) Llom amb tomàquet i arròs
logurt(*) Sopa de pasta sense gluten
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

5

Llenties eco guisades amb
hortalisses
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fregides
(*) Fruita del tempsArròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
(*) Trita francesa amb
amanida (enciam, tomàquet, i
blat de moro)
Fruita del tempsArròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps(*) Sopa de pasta sense gluten
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del temps**ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE PEIX NI GLUTEN**

www.endermar.com

Menús elaborats per l'equip de nutrició i
dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el l
listat d'ingredients**Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós**



endermar



NOVEMBRE

2022

“Plats ben calents”

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

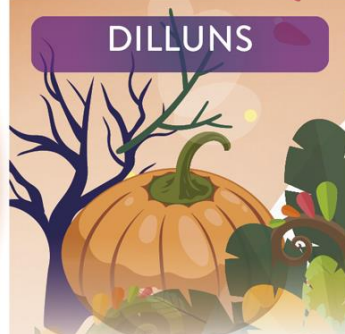
És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.

DILLUNS



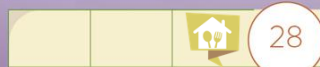
Patates estofades amb verdures
(*) Pollastre arrebossat sense ou
amb amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps



Crema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del temps



(*) Macarrons sense ou a la
bolonyesa
(carn picada mixta de porc i vedella,
tomàquet i formatge)
(*) Peix a la planxa amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica



Fals trinxat de col amb patata
(*) Mandonguilles de porc sense
ou a la jardineria
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIMARTS

FESTIU TOTS SANTS



Mongeta verda amb patata
(*) Hamburgueses mixtes sense
ou amb sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
Fruita del temps i pa integral



Llenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
(*) Gall dindi a la planxa amb
amanida (enciam i tomàquet)
Fruita del temps i pa integral

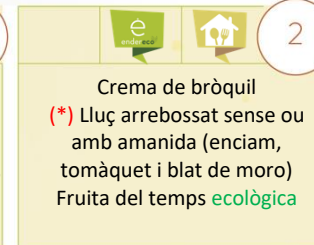


Crema de verdures
Estofat de gall dindi amb patata
Fruita del temps i pa integral



Llenties eco estofades amb magra
(*) Pollastre a la planxa amb
amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

DIMECRES



(*) Crema de bròquil
(*) Lluç arrebossat sense ou
amb amanida (enciam,
tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica



(*) Fideus sense ou a la marinera
(*) Llom a la planxa amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

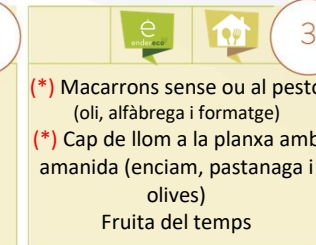


Cigrons eco guisats amb espinacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps



(*) Pasta sense ou carbonara
(crema de llet, bacó i formatge)
(*) Daus de tonyina amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
logurt

DIJOUS



(*) Macarrons sense ou al pesto
(oli, alfàbrega i formatge)
(*) Cap de llom a la planxa amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps

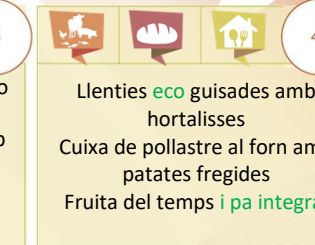


(*) Sopa de fideus sense ou
(*) Rap a l'andalusa sense ou
amb amanida (enciam, pastanaga
i olives)
logurt sostenible natural sense
sucre



Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
logurt

DIVENDRES



Llenties eco guisades amb
hortalisses
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fregides
Fruita del temps i pa integral



(*) Arròs amb tomàquet
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps



(*) Sopa de pasta sense ou
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del temps

ESCOLA ROSER CAPDEVILA SENSE OU

www.endermar.com

Menús elaborats per l'equip de nutrició i
dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el l
listat d'ingredients

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!
Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!

Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.
Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.

El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.



DILLUNS



(*) Patates estofades amb
verdures
(sense pèsols ni carbassa)
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

Crema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del temps

Macarrons eco a la bolonyesa
(carn picada mixta de porc i vedella,
tomàquet i formatge)
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

Fals trinxat de col amb patata
(*) Mandonguilles de porc al
forn amb amanida (enciam,
tomàquet i olives)
Fruita del temps

DIMARTS

FESTIU TOTS SANTS

Mongeta verda amb patata
Hamburgueses mixtes amb sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
(*) Fruita del temps

(*) Pasta saltada amb verdures
(carbassó i pastanaga)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam i tomàquet)
(*) Fruita del temps

(*) Crema de verdures (sense
carbassa)
Estofat de gall dindi amb patata
(*) Fruita del temps

(*) Arròs amb magra
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

DIMECRES

Crema de bròquil
(*) Lluc arrebossat amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de
moro)
Fruita del temps ecològica

(*) Fideus amb verdures (sense
carbassa)
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

Mongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològica

(*) Pasta amb beixamel d'espinacs
Contracuiça de pollastre a les
fines herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

Pasta eco carbonara
(crema de llet, bacó i formatge)
(*) Daus de tonyina amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
logurt

DIJOUS

Macarrons eco al pesto
(oli, alfàbrega i formatge)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps

(*) Puré de carbassó
Pernilets de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
logurt sostenible natural sense
sucre

Sopa de fideus eco
Rap a l'andalusa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
logurt sostenible natural sense
sucre

Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
logurt

DIVENDRES

(*) Crema de patata
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fredes
(*) Fruita del temps

(*) Arròs a la cassola amb verdures
(sense carbassa)
(*) Peix fresc segons mercat (no
gambes, no sípia) al forn amb
amanida (enciam, tomàquet, i blat de
moro)
Fruita del temps

Arròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

Sopa de pasta eco
(*) Llom a la planxa amb
amanida
Fruita del temps

ESCOLA ROSER CAPDEVILA
SENSE LLEGUMS, FRUITS SECS,
SÈSAM, SÍPIA, GAMBES
NI CARBASSA

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!

Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.

El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.



MENÚ
ESPECIAL



INTEGRAL



PA
INTEGRAL



DENOMINACIÓ
D'ORIGEN



PEIX
FRESC



NOVA
RECEPTA



PROTEINA
VEGETAL



ECOLÒGIC



ELABORACIÓ
CASOLANA



BENESTAR
ANIMAL



KM 0

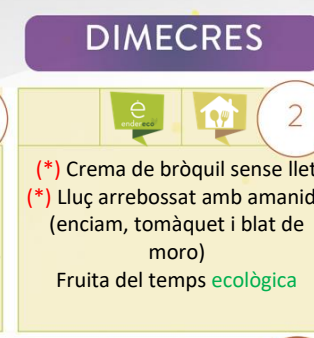
DILLUNS



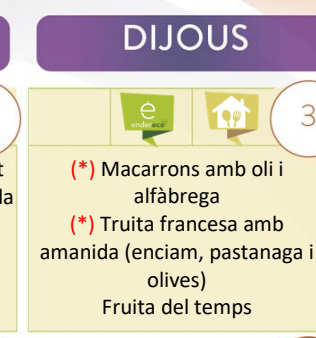
DIMARTS



DIMECRES



DIJOUS



DIVENDRES



FESTIU TOTS SANTS

7

Patates estofades amb verdures
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

8

Mongeta verda amb patata
Hamburgueses mixtes amb sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
(*) Fruita del temps

9

Fideus a la marinera
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

10

(*) Cigrons eco saltats amb ceba
i alls
Pernilets de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
(*) logurt sense lactosa

11

Arròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, tomàquet,
blat de moro)
Fruita del temps

14

(*) Crema parmentier
(pastanaga i porro) sense llet
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del temps

15

Llenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam i tomàquet)
(*) Fruita del temps

16

Mongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològica

17

Sopa de fideus eco
Rap a l'andalusa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
(*) logurt sense lactosa

18

Arròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

21

(*) Macarrons a la bolonyesa
(carn picada mixta de porc i vedella,
tomàquet) sense formatge
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

22

(*) Crema de verdures sense llet
Estofat de gall dindi amb patata
(*) Fruita del temps

23

Cigrons eco guisats amb espinacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

24

Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
(*) logurt sense lactosa

25

Sopa de pasta eco
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del temps

28

Fals trinxat de col amb patata
Mandonguilles de porc a la
jardinera
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

29

Llenties eco estofades amb magra
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

30

(*) Pasta saltada amb
xampinyons
(*) Daus de tonyina amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
(*) logurt sense lactosa

ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE LACTOSA

www.endermar.com

Menús elaborats per l'equip de nutrició i
dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el l
listat d'ingredients

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós



endermar



NOVEMBRE

2022

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.MENÚ
ESPECIAL

INTEGRAL

PA
INTEGRALDENOMINACIÓ
D'ORIGENPEIX
FRESCNOVA
RECEPTEPROTEINA
VEGETAL

ECOLÒGIC

ELABORACIÓ
CASOLANABENESTAR
ANIMAL

KM 0

DILLUNS



DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**FESTIU
TOTS SANTS**Patates estofades amb verdures
(*) Pollastre arrebossat sense
gluten amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del tempsMongeta verda amb patata
(*) Hamburgueses mixtes sense
gluten amb sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
(*) Fruita del temps(*) Fideus sense gluten a la
marinera
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica(*) Macarrons sense gluten al
pesto
(oli, alfàbrega i formatge)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del tempsLlenties eco guisades amb
hortalisses
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fregides
(*) Fruita del tempsCrema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del tempsLlenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam i tomàquet)
(*) Fruita del tempsMongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològica(*) Sopa de fideus sense gluten
(*) Rap a l'andalusa sense gluten
amb amanida (enciam, pastanaga i
olives)
logurt sostenible natural sense
sucreArròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps(*) Macarrons sense gluten a la
bolonyesa
(carn picada mixta de porc i vedella,
tomàquet i formatge)
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològicaCrema de verdures
Estofat de gall dindi amb patata
(*) Fruita del tempsCigrons eco guisats amb espinacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del tempsMongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
logurt(*) Sopa de pasta sense gluten
(*) Llom a la planxa amb amanida
Fruita del tempsFals trinxat de col amb patata
(*) Mandonguilles de porc sense
gluten a la jardinera
(pèsols i pastanaga)
Fruita del tempsLlenties eco estofades amb magra
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica(*) Pasta sense gluten carbonara
(crema de llet, bacó i formatge)
(*) Daus de tonyina amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
logurt**ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE GLUTEN**

www.endermar.com

Menús elaborats per l'equip de nutrició i
dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el l
listat d'ingredients**Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós**

"Plats ben calents"

Comença el novembre, cal abrigar-se!
Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!
Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.
És hora de bolets, castanyes i moniatos.
Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.
El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.
Cada cop es fa fosc més aviat.
No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.



DILLUNS



Patates estofades amb verdures
(*) Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

Crema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Llom al forn amb tomàquet
Fruita del temps

Macarrons eco a la bolonyesa
(carn picada mixta de porc i vedella,
tomàquet i formatge)
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

Fals trinxat de col amb patata
Mandonguilles de porc a la
jardinera
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIMARTS

**FESTIU
TOTS SANTS**

Mongeta verda amb patata
Hamburgueses mixtes amb sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
(*) Fruita del temps

Llenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam i tomàquet)
(*) Fruita del temps

Crema de verdures
Estofat de gall dindi amb patata
(*) Fruita del temps

Llenties eco estofades amb magra
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

DIMECRES

Crema de bròquil
(*) Lluc arrebossat amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de
moro)
Fruita del temps ecològica

(*) Fideus amb verdures
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

Mongeta tendra amb patata
Goulash de porc
Fruita del temps ecològica

Cigrons eco guisats amb espinacs
Contracuixa de pollastre a les fines
herbes al forn amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

Pasta eco carbonara
(crema de llet, bacó i formatge)
(*) Daus de tonyina amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
logurt

DIJOUS

Macarrons eco al pesto
(oli, alfàbrega i formatge)
Trita de pernil dolç amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps

Cigrons eco saltats amb bacó
Pernilets de pollastre rostits
amb ceba, pastanaga i patates
logurt sostenible natural sense
sucre

Sopa de fideus eco
Rap a l'andalusa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
logurt sostenible natural sense
sucre

Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
logurt

DIVENDRES

Llenties eco guisades amb
hortalisses
Cuixa de pollastre al forn amb
patates fregides
(*) Fruita del temps

Arròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, tomàquet,
i blat de moro)
Fruita del temps

Arròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
Daus de pollastre amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

Sopa de pasta eco
(*) Llom a la planxa amb
amanida
Fruita del temps

ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE FRUITS SECS



endermar



NOVEMBRE

2022

“Plats ben calents”

Comença el novembre, cal abrigar-se!

Aprofitem per prendre
brous i cremes de verdures
ben calents!Ha passat el temps de la collita,
comença la sembra.

És hora de bolets, castanyes i moniatos.

Les figues i magranes també són
abundants, i sovint tindrem
mandarines a les postres.El foc a terra s'encén, cauen les fulles
seques i els arbres queden nusos.

Cada cop es fa fosc més aviat.

No oblidem menjar petits peixos
(sardines, seitons...) rics en la
vitamina D, que tant necessitem
en aquesta època.MENÚ
ESPECIAL

INTEGRAL

PA
INTEGRALDENOMINACIÓ
D'ORIGENPEIX
FRESCNOVA
RECEPTAPROTEÏNA
VEGETAL

ECOLÒGIC

ELABORACIÓ
CASOLANABENESTAR
ANIMAL

KM 0

DILLUNS



DIMARTS

**FESTIU
TOTS SANTS**

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Patates estofades amb verdures
(*) Bunyols de bacallà amb
amanida (enciam, tomàquet i blat
de moro)
Fruita del temps

Crema parmentier
(pastanaga i porro)
(*) Canelons d'espínacs amb
tomàquet
Fruita del temps

(*) Macarrons amb tomàquet i
formatge
Trita de carbassó amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps ecològica

Fals trinxat de col amb patata
(*) Fogoner a la jardineria
(pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

Mongeta verda amb patata
(*) Lluç amb sofregit
de tomàquet i timbal d'arròs
integral
Fruita del temps i pa integral

Lenties eco estofades amb
vegetals (carbassó i pastanaga)
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam i tomàquet)
Fruita del temps i pa integral

Crema de verdures
(*) Estofat de tonyina amb patata
Fruita del temps i pa integral

(*) Lenties estofades amb
verdures
Trita de patata amb amanida
(enciam i pastanaga)
Fruita del temps ecològica

Fideus a la marinera
Trita de patates amb
amanida (enciam, pastanaga i
olives)
Fruita del temps ecològica

Mongeta tendra amb patata
(*) Lluç al forn amb xampinyons
Fruita del temps ecològica

Cigrons eco guisats amb espínacs
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet, i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Pasta carbonara
(crema de llet, xampinyons i
formatge)
Crestes de tonyina amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
logurt

(*) Cigrons eco saltats amb ceba
i alls
(*) Fogoner al forn amb ceba,
pastanaga i patates
logurt sostenible natural sense
sucre

(*) Sopa vegetal amb fideus
Rap a l'andalusa amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
logurt sostenible natural sense
sucre

Mongeta verda amb
pastanaga a l'allet
Bacallà amb tomàquet i arròs
logurt

(*) Sopa vegetal amb pasta
(*) Croquetes d'espínacs amb
amanida
Fruita del temps

Arròs a la cassola amb verdures
(carbassó i carbassa)
Peix fresc segons mercat al forn
amb amanida (enciam, tomàquet,
i blat de moro)
Fruita del temps

Arròs a la cubana
(tomàquet i ou dur)
(*) Trita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

(*) Sopa vegetal amb pasta
(*) Croquetes d'espínacs amb
amanida
Fruita del temps

(*) Trita francesa amb amanida
(enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

**ESCOLA ROSER
CAPDEVILA
SENSE CARN**

www.endermar.com

Menús elaborats per l'equip de nutrició i
dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el l
listat d'ingredients**Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós**