



MENÚS MENJADOR



NOVEMBRE

	5 Cigrons saltejats Trita de carbassó Amb enciam i olives Pera	A C L F	6 Minestra de verdures Panets de la Sr Maria Amb amanida Mandarina	A G D	7 Espirals gratinats Angel amb salsa de iogurt Poma	J A G	8 Sopa de pistons Pollastre al curri amb arròs Macedònia	A D C G	9 Tallarines amb verdures Nuggets de peix amb amanida Iogurt
H A J D	12 Amanida Fideua Plàtan	G C	13 Col i patata Hamburguesa de conill amb xips Pastis de formatge	A I D	14 Escudella Barrejada Maires amb amanida Pera	G K	15 Crema de carbassa amb moniato i sèsam Filet de paó amb salsa Poma	C	16 Llenties estofades amb pastanaga Trita d'espínacs amb tomàquet Mandarina
	19 Arròs amb cansalada cruixent Pollastre al forn Magrana		20 Mongeta blanca estofada Lluç al forn amb puré de poma Iogurt	A G C E	21 <u>classe de Mowglis</u> Espagueti carbonara Llibret de llom amb xips i amanida Creps de Nutela	L F	22 Brocoli i patata Salsitxa amb amanida Pera	I B D A G	23 Sopa de peix Patates farcides amb espínacs a la crema Plàtan
	26 Bledes i patates Hamburgueses de vedella amb salsa tomàquet Mandarina	C G L F	27 Cigrons saltejats Ous farcits Pera	D	28 Arròs tres delícies(pastanaga, pernil blat de moro) Peix de temporada Taronja	A H D C	29 Macarrons al pesto Calamars a la Romana amb xampinyons Plàtan		30 Trinxat de la Cerdanya Pollastre al forn Magrana

La cuina es reserva el dret de modificar els menús si, per causa aliena a la seva voluntat, convingués.

(#) Verdures ecològiques, de proximitat i de temporada o peix fresc

El menú ha sigut revisat per una dietista

LLISTA DE PRODUCTES QUE PODEN OCASIONAR AL·LÈRGIES (AL·LÈRGENS)

A-Cereals que contenen gluten (és a dir, blat civada, ordi, espelta o qualsevol dels seus derivats híbrids) i productes derivats.	H-Fruits secs: ametlles, avellanes, nous, nous de macadàmia, panses, castanyes, pinyons...
B-Crustacis i productes fets a base de crustacis.	I-Api
C-Ous i productes a base d'ous.	J-Mostassa
D-Peixes i productes fets a base de peix.	K-Grans de sèsam
E-Cacauets i productes fets de cacauets.	L-Diòxid de sofre/sulfit
F-Soja i productes a base de soja.	M-Mol·luscs
G-Llet i tots els seus derivats (inclosa la lactosa)	N-Tramussos

www.escolamowgli.cat

SI HEM DINAT  **PODEM SOPAR**

Cereals, fècules o llegums..... Hortalises crues
llegums cuits
Verdures Cereals, fècules
Carn..... Peix, Ou
Peix..... Carn magra o ou
Ou..... Peix o carn magra
Fruita..... Làctics o fruita
Làctics..... Fruita



MENÚS MENJADOR



NOVEMBRE LLAR D'INFANTS

5	Cigrons saltejats Truita de carbassó Pera	A C L F	6	Minestra de verdures Panets de la Sr Maria Mandarina	A G D	7	Espirals gratinats Angel amb salsa de iogurt Poma	J A G	8	Sopa de pistons Pollastre amb arròs Macedònia	A D C G	9	Tallarines amb verdures Nuggets de peix Iogurt	
A J D	12	Purè de carbassó Fideua Plàtan	G C	13	Col i patata Hamburguesa de conill amb xips Pastis de formatge	A I D	14	Escudella Barrejada Maires Pera	G K	15	Crema de carbassa amb moniato i sèsam Filet de paó amb salsa Poma	C	16	Llenties estofades amb pastanaga Truita d'espínacs Mandarina
	19	Arròs amb cansalada cruixent Pollastre al forn Magrana		20	Mongeta blanca estofada Lluç al forn amb puré de poma Iogurt	A G C E	21 classe de Mowgli's		22	Brocoli i patata Salsitxa Pera	I B D A G	23	Sopa de peix Patates farcides amb espínacs a la crema Plàtan	
	26	Bledes i patates Hamburgueses de vedella Mandarina	C G	27	Cigrons saltejats Truita amb formatge Pera	D	28	Arròs tres delícies(pastanaga, pernil blat de moro) Peix de temporada Taronja	A D C	29	Macarrons amb tomàquet Lluç arrebossat Plàtan		30	Trinxat de la Cerdanya Pit de pollastre al forn Magrana

La cuina es reserva el dret de modificar els menús si, per causa aliena a la seva voluntat, convingués.

(#) Verdures ecològiques, de proximitat i de temporada o peix fresc

El menú ha sigut revisat per una dietista

LLISTA DE PRODUCTES QUE PODEN OCASIONAR AL·LÈRGIES (AL·LÈRGENS)

A-Cereals que contenen gluten (és a dir, blat civada, ordi, espelta o qualsevol dels seus derivats híbrids) i productes derivats.	H-Fruits secs: ametlles, avellanes, nous, nous de macadàmia, panses, castanyes, pinyons...
B-Crustacis i productes fets a base de crustacis.	I-Api
C-Ous i productes a base d'ous.	J-Mostassa
D-Peixes i productes fets a base de peix.	K-Grans de sèsam
E-Cacauets i productes fets de cacauets.	L-Diòxid de sofre/sulfit
F-Soja i productes a base de soja.	M-Mol·luscs
G-Llet i tots els seus derivats (inclosa la lactosa)	N-Tramussos

www.escolamowgli.cat

SI HEM DINAT PODEM SOPAR

Cereals, fècules o llegums..... Hortalises crues

llegums cuits

Verdures Cereals, fècules

Carn..... Peix,Ou

Peix.....Carn magra o ou

Ou.....Peix o carn magra

Fruita.....Làctics o fruita

Làctics.....Fruita