



















OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>ALS NOSTRES MENÚS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<p>Prioritzem les verdures i fruites de temporada i de proximitat. Les nostres carns picades son lliures d'al·lèrgens.</p> <p>Utilitzem oli d'oliva verge extra per amanir. La major part dels arrebossats són fets al forn.</p>  <p><b>LA FIBRA</b></p> <p>El mes d'octubre introduïrem el <b>pa integral</b> als nostres menús. Contribuint així, a augmentar els nivells de fibra de la nostra dieta. La fibra alimentària és el component de diversos aliments d'origen vegetal, com els cereals, fruites, verdures i llegums, que no pot ser digerit per l'organisme, es troba únicament en aliments d'origen vegetal.</p> 	<p>Llenties amb arròs</p> <p>Barretes de lluç amb enciam i tomàquet amanit</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Crema de carbassó amb rostes de pa</p> <p>Pollastre amb patata i ceba al forn</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Espaguetis amb beixamel i pernil</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Mongeta blanca amb patata i sofregit</p> <p>Salsitxes amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Bruixa al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
	<p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Paella de peix</p> <p>Postres làctic</p>	<p>Macarrons gratinats</p> <p>Rosada amb salsa de verdures i patates panadera al forn</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Bledes amb patata saltejades amb all i oli</p> <p>Llibrets de llom arrebossats amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<b>FESTIU</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	
<p>Arròs saltejat amb ou, pernil i daus de pastanaga</p> <p>Mandonguilles a la jardinera</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Minestra de verdures</p> <p>Pizza de pernil i formatge</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Cigrons amb arròs i sofregit</p> <p>Truita de patata amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i verdures triturades</p> <p>Daus de gall d'indi amb enciam i olives</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Llenties amb verduretes</p> <p>Calamars a la romana amb enciam i pastanaga</p> <p>iogurt</p>	
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
<p>Fideus a la cassola</p> <p>Halibut al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Cuixetes de pollastre al forn amb xampinyons i ceba</p> <p>logurt natural</p>	<p>Llenties amb sofregit de ceba i tomàquet natural</p> <p>Croquetes amb enciam i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Crema de carbassa fresca</p> <p>Hamburguesa amb patates fregides</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Arròs amb daus de pollastre i verduretes</p> <p>Remenat d'ou i patata amb enciam i olives</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			
<p>Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Gall d'indi al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaquet</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Bròquil amb patata saltejat amb ceba</p> <p>Botifarra amb enciam i tomàquet natural</p> <p>logurt natural</p>			
<p><a href="http://www.macrolim.es">www.macrolim.es</a></p> <p>AEND-01248-Alicia Vilella Arqué</p> <p>Registre Sanitari 26,07142/CAT</p>		<p>Els menús estan elaborats per dietistes-nutricionistes, a partir de les propostes recomanades pel PRoME (Programa Revisió Menús Escolars: Agència Salut Pública). Les nostres cuines i plats cuinats són analitzats periòdicament pel laboratori Cat-Bio.</p> <p>Tenim cuina pròpia. És possible alguna petita variació segons mercat.</p>			


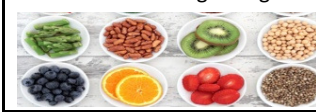

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>ALS NOSTRES MENÚS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<p>Prioritzem les verdures i fruites de temporada i de proximitat. Les nostres carns picades son lliures d'al·lèrgens.</p> <p>Utilitzem oli d'oliva verge extra per amanir. La major part dels arrebossats són fets al forn.</p>  <p style="text-align: center;"><b>LA FIBRA</b></p> <p>El mes d'octubre introduïrem el <b>pa integral</b> als nostres menús. Contribuint així, a augmentar els nivells de fibra de la nostra dieta. La fibra alimentària és el component de diversos aliments d'origen vegetal, com els cereals, fruites, verdures i llegums, que no pot ser digerit per l'organisme, es troba únicament en aliments d'origen vegetal.</p> 	<p>Llenties amb arròs</p> <p><b>Lluç amb enciam i tomàquet amanit</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p><b>Crema de carbassó</b></p> <p>Pollastre amb patata i ceba al forn</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p><b>Espaguetis s/gl amb beixamels/gl i pernil</b></p> <p>Truita a la francesa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Mongeta blanca amb patata i sofregit</p> <p>Salsitxes amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>Arròs amb saslsa de tomàquet</p> <p>Bruixa al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
	<p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Paella de peix</p> <p>Postres làctic</p>	<p><b>Macarrons s/gl gratinats</b></p> <p>Rosada amb salsa de verdures i patates panadera al forn</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Bledes amb patata saltejades amb all i oli</p> <p><b>Llibrets de llom arrebossats s/gl amb enciam i tomàquet</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<b>FESTIU</b>
	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
	<p>Arròs saltejat amb ou, pernil i daus de pastanaga</p> <p>Mandonguilles a la jardineria</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Minestra de verdures</p> <p><b>Pizza de pernil i formatge s/gl</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Cigrons amb arròs i sofregit</p> <p>Truita de patata amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p><b>Espaguetis s/gl amb salsa de tomàquet i verdures tritades</b></p> <p>Daus de gall d'indi amb enciam i olives</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Llenties amb verduretes</p> <p><b>Peix amb enciam i pastanaga</b></p> <p>iogurt</p>
	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
	<p><b>Fideus s/gl a la cassola</b></p> <p>Halibut al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Cuixetes de pollastre al forn amb xampinyons i ceba</p> <p>logurt natural</p>	<p>Llenties amb sofregit de ceba i tomàquet natural</p> <p><b>Croquetes s/gl amb enciam i pastanaga ratllada</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Crema de carbassa fresca</p> <p>Hamburguesa amb patates fregides</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Arròs amb daus de pollastre i verduretes</p> <p>Remenat d'ou i patata amb enciam i olives</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>
	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		
<p>Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Gall d'indi al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaquet</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Bròquil amb patata saltejat amb ceba</p> <p>Botifarra amb enciam i tomàquet natural</p> <p>logurt natural</p>			
<p><a href="http://www.macrolim.es">www.macrolim.es</a></p> <p>AEND-01248-Alicia Vilella Arqué</p> <p>Registre Sanitari 26,07142/CAT</p>	 <p>macrodiet servel de menjadors</p>	<p>Els menús estan elaborats per dietistes-nutricionistes, a partir de les propostes recomanades pel PReME (Programa Revisió Menús Escolars: Agència Salut Pública). Les nostres cuines i plats cuinats són analitzats periòdicament pel laboratori Cat-Bio.</p> <p>Tenim cuina pròpia. És possible alguna petita variació segons mercat.</p>			

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>ALS NOSTRES MENÚS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<p>Prioritzem les verdures i fruites de temporada i de proximitat. Les nostres carns picades són lliures d'al·lèrgens. Utilitzem oli d'oliva verge extra per amaniR. La major part dels arrebossats són fets al forn.</p>  <p><b>LA FIBRA</b></p> <p>El mes d'octubre introduïrem el <b>pa integral</b> als nostres menús. Contribuint així, a <b>augmentar els nivells de fibra</b> de la nostra dieta. La fibra alimentària és el component de diversos aliments d'origen vegetal, com els cereals, fruites, verdures i llegums, que no pot ser digerit per l'organisme, es troba únicament en aliments d'origen vegetal.</p> 	Lenties amb arròs	Crema de carbassó amb rostes de pa	<b>Espaguetis amb pernil, oli i orenga</b>	Mongeta blanca amb patata i sofregit	Arròs amb salsa de tomàquet
	<b>Lluç amb enciam i tomàquet amanit</b>	Pollastre amb patata i ceba al forn	Trita a la francesa amb enciam i pastanaga	Salsitxes amb enciam i olives	Bruixa al forn amb enciam i blat de moro
	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	<b>Fruita fresca de temporada</b>	Fruita fresca de temporada
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
	Crema de verdures de temporada	<b>Macarrons a la napolitana</b>	Bledes amb patata saltejades amb all i oli	Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga	<b>FESTIU</b>
	Paella de peix	Rosada amb salsa de verdures i patates panadera al forn	<b>Llom arrebossat amb enciam i tomàquet</b>	Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro	
	<b>Fruita fresca de temporada</b>	Fruita fresca de temporada	<b>iogurt de soja</b>	Fruita fresca de temporada	
	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
	Arròs saltejat amb ou, pernil i daus de pastanaga	Minestra de verdures	Cigrons amb arròs i sofregit	Espaguetis amb salsa de tomàquet i verdures triturades	Llenties amb verduretes
	Mandonguilles a la jardinera	<b>Pizza de pernil i tomàquet</b>	Trita de patata amb enciam i tomàquet	Daus de gall d'indi amb enciam i olives	<b>Calamars a la romana s/llet amb enciam i pastanaga</b>
Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	<b>Fruita fresca de temporada</b>	
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
Fideus a la cassola	Mongeta verda amb patata	Llenties amb sofregit de ceba i tomàquet natural	Crema de carbassa fresca	Arròs amb daus de pollastre i verduretes	
Halibut al forn amb enciam i blat de moro	Cuixetes de pollastre al forn amb xampinyons i ceba	<b>Llom amb enciam i pastanaga ratllada</b>	Hamburguesa amb patates fregides	Remenat d'ou i patata amb enciam i olives	
Fruita fresca de temporada	<b>Fruita fresca de temporada</b>	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			
Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga	Arròs amb salsa de tomàquet	Bròquil amb patata saltejat amb ceba			
Gall d'indi al forn amb enciam i blat de moro	Trita a la francesa amb enciam i pastanaga	Botifarra amb enciam i tomàquet natural			
Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	<b>Fruita fresca de temporada</b>			
<p><a href="http://www.macrolim.es">www.macrolim.es</a> AEND-01248-Alicia Vilella Arqué Registre Sanitari 26,07142/CAT</p>		<p>Els menús estan elaborats per dietistes-nutricionistes, a partir de les propostes recomanades pel PRoME (Programa Revisió Menús Escolars: Agència Salut Pública). Les nostres cuines i plats cuinats són analitzats periòdicament pel laboratori Cat-Bio.</p> <p>Tenim cuina pròpia. És possible alguna petita variació segons mercat.</p>			

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>ALS NOSTRES MENÚS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<p>Prioritzem les verdures i fruites de temporada i de proximitat. Les nostres carns picades son lliures d'al·lèrgens.</p> <p>Utilitzem oli d'oliva verge extra per amanir. La major part dels arrebossats són fets al forn.</p>  <p><b>LA FIBRA</b></p> <p>El mes d'octubre introduïrem el pa <b>integral</b> als nostres menús. Contribuint així, a augmentar els nivells de fibra de la nostra dieta. La fibra alimentària és el component de diversos aliments d'origen vegetal, com els cereals, fruites, verdures i llegums, que no pot ser digerit per l'organisme, es troba únicament en aliments d'origen vegetal.</p> 	<p>Llenties amb arròs</p> <p><b>Lluç amb enciam i tomàquet amanit</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Crema de carbassó amb rostes de pa</p> <p>Pollastre amb patata i ceba al forn</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p><b>Espaguetis s/ou amb beixamel i pernil</b></p> <p><b>Gall d'indi amb enciam i pastanaga</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Mongeta blanca amb patata i sofregit</p> <p>Salsitxes amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Bruixa al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
	<p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Paella de peix</p> <p>Postres làctic</p>	<p><b>Macarrons s/ou gratinats</b></p> <p>Rosada amb salsa de verdures i patates panadera al forn</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Bledes amb patata saltejades amb all i oli</p> <p><b>Llom amb enciam i tomàquet</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<b>FESTIU</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	
	<p><b>Arròs saltejat amb pernil i daus de pastanaga</b></p> <p><b>Mandonguilles s/ou a la jardinera</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Minestra de verdures</p> <p>Pizza de pernil i formatge</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Cigrons amb arròs i sofregit</p> <p><b>Peix amb enciam i tomàquet</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p><b>Espaguetis s/ou amb salsa de tomàquet i verdures triturades</b></p> <p>Daus de gall d'indi amb enciam i olives</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Llenties amb verduretes</p> <p><b>Calamars a la romana s/ou amb enciam i pastanaga</b></p> <p>iogurt</p>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
<p><b>Fideus s/gl a la cassola</b></p> <p>Halibut al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Cuixetes de pollastre al forn amb xampinyons i ceba</p> <p>logurt natural</p>	<p>Llenties amb sofregit de ceba i tomàquet natural</p> <p><b>Llom amb enciam i pastanaga ratllada</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Crema de carbassa fresca</p> <p>Hamburguesa amb patates fregides</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Arròs amb daus de pollastre i verduretes</p> <p><b>Peix amb enciam i olives</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			
<p>Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Gall d'indi al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaquet</p> <p><b>Gall d'indi amb enciam i pastanaga</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Bròquil amb patata saltejat amb ceba</p> <p>Botifarra amb enciam i tomàquet natural</p> <p>logurt natural</p>			
<p><a href="http://www.macrolim.es">www.macrolim.es</a></p> <p>AEND-01248-Alicia Vilella Arqué</p> <p>Registre Sanitari 26,07142/CAT</p>		<p>Els menús estan elaborats per dietistes-nutricionistes, a partir de les propostes recomanades pel PReME (Programa Revisió Menús Escolars: Agència Salut Pública). Les nostres cuines i plats cuinats són analitzats periòdicament pel laboratori Cat-Bio.</p> <p>Tenim cuina pròpia. És possible alguna petita variació segons mercat.</p>			

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>ALS NOSTRES MENÚS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<p>Prioritzem les verdures i fruites de temporada i de proximitat. Les nostres carns picades son lliures d'al·lèrgens.</p> <p>Utilitzem oli d'oliva verge extra per amanir. La major part dels arrebossats són fets al forn.</p>  <p><b>LA FIBRA</b></p> <p>El mes d'octubre introduïrem el <b>pa integral</b> als nostres menús. Contribuint així, a augmentar els nivells de fibra de la nostra dieta.</p> <p>La fibra alimentària és el component de diversos aliments d'origen vegetal, com els cereals, fruites, verdures i llegums, que no pot ser digerit per l'organisme, es troba únicament en aliments d'origen vegetal.</p> 	<p>Llenties amb arròs</p> <p><b>Gall indi amb enciam i tomàquet amanit</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Crema de carbassó amb rostes de pa</p> <p>Pollastre amb patata i ceba al forn</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Espaguetis amb beixamel i pernil</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Mongeta blanca amb patata i sofregit</p> <p>Salsitxes amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>Arròs amb saslsa de tomàquet</p> <p><b>Truita a la francesa amb enciam i blat de moro</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
	<p>Crema de verdures de temporada</p> <p><b>Paella de verdures</b></p> <p>Postres làctic</p>	<p>Macarrons gratinats</p> <p><b>Gall indi amb salsa de verdures i patates panadera al forn</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Bledes amb patata saltejades amb all i oli</p> <p>Llibrets de llom arrebossats amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<b>FESTIU</b>
	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	
	<p>Arròs saltejat amb ou, pernil i daus de pastanaga</p> <p>Mandonguilles a la jardinera</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Minestra de verdures</p> <p>Pizza de pernil i formatge</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Cigrons amb arròs i sofregit</p> <p>Truita de patata amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i verdures triturades</p> <p>Daus de gall d'indi amb enciam i olives</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Llenties amb verduretes</p> <p><b>Gall indi amb enciam i pastanaga</b></p> <p>iogurt</p>
	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
	<p>Fideus a la cassola</p> <p><b>Llom amb enciam i blat de moro</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Cuixetes de pollastre al forn amb xampinyons i ceba</p> <p>logurt natural</p>	<p>Llenties amb sofregit de ceba i tomàquet natural</p> <p>Croquetes amb enciam i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Crema de carbassa fresca</p> <p>Hamburguesa amb patates fregides</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Arròs amb daus de pollastre i verduretes</p> <p>Remenat d'ou i patata amb enciam i olives</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>
	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		
<p>Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga</p> <p><b>Gall d'indi al forn amb enciam i blat de moro</b></p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaquet</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita fresca de temporada</p>	<p>Bròquil amb patata saltejat amb ceba</p> <p>Botifarra amb enciam i tomàquet natural</p> <p>logurt natural</p>			
<p><a href="http://www.macrolim.es">www.macrolim.es</a> AEND-01248-Alicia Vilella Arqué Registre Sanitari 26,07142/CAT</p>		<p>Els menús estan elaborats per dietistes-nutricionistes, a partir de les propostes recomanades pel PReME (Programa Revisió Menús Escolars: Agència Salut Pública). Les nostres cuines i plats cuinats són analitzats periòdicament pel laboratori Cat-Bio.</p> <p>Tenim cuina pròpia. És possible alguna petita varaiació segons mercat.</p>			

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>ALS NOSTRES MENÚS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<p>Prioritzem les verdures i fruites de temporada i de proximitat. Les nostres carns picades son lliures d'al·lèrgens.</p> <p>Utilitzem oli d'oliva verge extra per amanir. La major part dels arrebossats són fets al forn.</p>  <p><b>LA FIBRA</b></p> <p>El mes d'octubre introduïrem el <b>pa integral</b> als nostres menús. Contribuint així, a augmentar els nivells de fibra de la nostra dieta. La fibra alimentària és el component de diversos aliments d'origen vegetal, com els cereals, fruites, verdures i llegums, que no pot ser digerit per l'organisme, es troba únicament en aliments d'origen vegetal.</p> 	Llenties amb arròs	Crema de carbassó amb rostes de pa	Espaguetis amb beixamel i pernil	Mongeta blanca amb patata i sofregit	Arròs amb salsa de tomàquet
	Barretes de lluç amb enciam i tomàquet amanit	Pollastre amb patata i ceba al forn	Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Salsitxes amb enciam i olives	Bruixa al forn amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	logurt natural	Fruita fresca de temporada	
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	
Crema de verdures de temporada	Macarrons gratinats	Bledes amb patata saltejades amb all i oli	Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga	<b>FESTIU</b>	
Paella de peix	Rosada amb salsa de verdures i patates panadera al forn	Llibrets de llom arrebossats amb enciam i tomàquet	Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro		
Postres làctic	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada		
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	
Arròs saltejat amb ou, pernil i daus de pastanaga	Minestra de verdures	Cigrons amb arròs i sofregit	Espaguetis amb salsa de tomàquet i verdures tritades	Llenties amb verduretes	
Mandonguilles a la jardinera	Pizza de pernil i formatge	Truita de patata amb enciam i tomàquet	Daus de gall d'indi amb enciam i olives	Calamars a la romana amb enciam i pastanaga	
Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	iogurt	
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
Fideus a la cassola	Mongeta verda amb patata	Llenties amb sofregit de ceba i tomàquet natural	Crema de carbassa fresca	Arròs amb daus de pollastre i verduretes	
Halibut al forn amb enciam i blat de moro	Cuixetes de pollastre al forn amb xampinyons i ceba	Croquetes amb enciam i pastanaga ratllada	Hamburguesa amb patates fregides	Remenat d'ou i patata amb enciam i olives	
Fruita fresca de temporada	logurt natural	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			
Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga	Arròs amb salsa de tomaquet	Bròquil amb patata saltejat amb ceba			
Gall d'indi al forn amb enciam i blat de moro	Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Botifarra amb enciam i tomàquet natural			
Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	logurt natural			
<p><a href="http://www.macrolim.es">www.macrolim.es</a></p> <p>AEND-01248-Alicia Vilella Arqué</p> <p>Registre Sanitari 26,07142/CAT</p>		<p>Els menús estan elaborats per dietistes-nutricionistes, a partir de les propostes recomanades pel PReME (Programa Revisió Menús Escolars: Agència Salut Pública). Les nostres cuines i plats cuinats són analitzats periòdicament pel laboratori Cat-Bio.</p> <p>Tenim cuina pròpia. És possible alguna petita variació segons mercat.</p>			

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>ALS NOSTRES MENÚS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<p>Prioritzem les verdures i fruites de temporada i de proximitat. Les nostres carns picades són lliures d'al·lèrgens. Utilitzem oli d'oliva verge extra per amanir. La major part dels arrebossats són fets al forn.</p>  <p><b>LA FIBRA</b></p> <p>El mes d'octubre introduïrem el <b>pa integral</b> als nostres menús. Contribuint així, a augmentar els nivells de fibra de la nostra dieta. La fibra alimentària és el component de diversos aliments d'origen vegetal, com els cereals, fruites, verdures i llegums, que no pot ser digerit per l'organisme, es troba únicament en aliments d'origen vegetal.</p> 	Amanida variada	Crema de carbassó amb rostes de pa	Espaguetis amb beixamel i pernil	Mongeta blanca amb patata i sofregit	Arròs amb salsa de tomàquet
	Llenties amb arròs	Seità amb patata i ceba al forn	Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Salsitxes vegetals amb patates fregides	Truita a la francesa amb enciam i blat de moro
	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	logurt natural	Fruita fresca de temporada
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
	Crema de verdures de temporada	Macarrons gratinats	Bledes amb patata saltejades amb all i oli	Amanida variada	<b>FESTIU</b>
	Paella amb verduretes	Truita de verdures amb patates panadera al forn	Hamburguesa vegetal amb enciam i tomàquet	Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga	
	Postres làctic	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	
	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
	Arròs saltejat amb ou, pernil i daus de pastanaga	Minestra de verdures	Cigrons amb arròs i sofregit	Espaguetis amb salsa de tomàquet i verdures triturades	Llenties amb verduretes
	Mandonguilles a la jardineria	Pizza de pernil i formatge	Truita de patata amb enciam i tomàquet	Daus de gall d'indi amb enciam i olives	Calamars a la romana amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	iogurt	
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
Fideus a la cassola	Mongeta verda amb patata	Llenties amb sofregit de ceba i tomàquet natural	Crema de carbassa fresca	Arròs amb daus de pollastre i verduretes	
Halibut al forn amb enciam i blat de moro	Cuixetes de pollastre al forn amb xampinyons i ceba	Croquetes amb enciam i pastanaga ratllada	Hamburguesa amb patates fregides	Remenat d'ou i patata amb enciam i olives	
Fruita fresca de temporada	logurt natural	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			
Cigrons amb mongeta tendra i pastanaga	Arròs amb salsa de tomàquet	Bròquil amb patata saltejat amb ceba			
Gall d'indi al forn amb enciam i blat de moro	Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Botifarra amb enciam i tomàquet natural			
Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	logurt natural			
<p><a href="http://www.macrolim.es">www.macrolim.es</a> AEND-01248-Alicia Vilella Arqué Registre Sanitari 26,07142/CAT</p>	 <p>macrodiet servei de menjadors</p>	<p>Els menús estan elaborats per dietistes-nutricionistes, a partir de les propostes recomanades pel PRME (Programa Revisió Menús Escolars: Agència Salut Pública). Les nostres cuines i plats cuinats són analitzats periòdicament pel laboratori Cat-Bio.</p> <p>Tenim cuina pròpia. És possible alguna petita variació segons mercat.</p>			

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>ALS NOSTRES MENÚS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<p>Prioritzem les verdures i fruites de temporada i de proximitat. Les nostres carns picades son lliures d'al·lèrgens.</p> <p>Utilitzem oli d'oliva verge extra per amanir. La major part dels arrebossats són fets al forn.</p>  <p><b>LA FIBRA</b></p> <p>El mes d'octubre introduïrem el <b>pa integral</b> als nostres menús. Contribuint així, a augmentar els nivells de fibra de la nostra dieta. La fibra alimentària és el component de diversos aliments d'origen vegetal, com els cereals, fruites, verdures i llegums, que no pot ser digerit per l'organisme, es troba únicament en aliments d'origen vegetal.</p> 	Arròs blanc amb un raig d'oli	Crema de carbassó	Espaguetis amb orenga	Patata amb oli i sal	Arròs amb oli d'oliva verge
	Lluç al forn	Pollastre amb patata i ceba al forn	Gall d'indi a la planxa	Salsitxes	Bruixa al forn
	Poma	Plàtan madur	Poma	logurt natural	Plàtan madur
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
	Crema de verdures de temporada	Macarrons amb orenga	Patata saltejada amb all i oli	Arròs amb oli d'oliva verge	<b>FESTIU</b>
	Arròs amb peix	Rosada amb patates panadera al forn	Llom a la planxa	Pit de pollastre a la planxa	
	logurt natural	Poma	Plàtan madur	Poma	
	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
	Arròs saltejat amb pernil i daus de pastanaga	Patata i pastanaga bullida	Pasta amb oli d'oliva verge	Espaguetis amb oli i orenga	Arròs amb oli d'oliva verge
	Mandonguilles al forn	Pa amb pernil doç	Truita de patata amb enciam i tomàquet	Daus de gall d'indi	Peix a la planxa
Poma	Plàtan madur	Poma	Plàtan madur	iogurt	
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
Fideus amb oli i orenga	Patata i pastanaga bullida	Arròs amb oli d'oliva verge	Crema de carbassa fresca	Arròs amb daus de pollastre i pastanaga	
Halibut al forn	Cuixetes de pollastre al forn	Llom amb pastanaga ratllada	Hamburguesa amb patates fregides	Peix al forn	
Poma	logurt natural	Plàtan madur	Poma	Plàtan madur	
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			
Pasta amb oli d'oliva verge	Arròs amb oli d'oliva verge	Pastanaga amb patata saltejada			
Gall d'indi al forn	Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Llom planxa			
Plàtan madur	Poma	logurt natural			
<p><a href="http://www.macrolim.es">www.macrolim.es</a></p> <p>AEND-01248-Alicia Vilella Arqué</p> <p>Registre Sanitari 26,07142/CAT</p>	 <p>macrodiet servi de menjadors</p>	<p>Els menús estan elaborats per dietistes-nutricionistes, a partir de les propostes recomanades pel PReME (Programa Revisió Menús Escolars: Agència Salut Pública). Les nostres cuines i plats cuinats són analitzats periòdicament pel laboratori Cat-Bio.</p> <p>Tenim cuina pròpia. És possible alguna petita variació segons mercat.</p>			



