DOMINIQUES VIC – Novembre 26

Menú Basal

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	**3** Minestra de verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**4** Macarrons integrals a la carbonara Salmó al forn Enciam, tomàquet i blat de moro Pa integral Fruita de temporada	**5** Crema de carbassó ECO Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge) Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**6** Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa integral Fruita de temporada
9 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Espirals integrals amb bolonyesa de soja -- Pa blanc Fruita de temporada	**10** Llenties estofades amb verdures Truita francesa amb formatge Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**11** Sopa amb pasta Lluç al forn Enciam i olives Pa integral Fruita de temporada	**12** Crema de carbassa ECO amb crostons Hamburguesa mixta a la planxa Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**13** Arròs tres delícies (truita, pèsols i gall dindi) Pollastre amb salsa barbacoa Enciam, tomàquet i pastanaga Pa integral Fruita de temporada
16 Sopa de lletres Llom al forn Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**17** Crema de verdures i moniato Pollastre rostit a la llimona Enciam i tomàquet Pa blanc Fruita de temporada	**18** Arròs amb salsa de tomàquet casolana Truita francesa Enciam i blat de moro Pa integral Fruita de temporada	**19** Jornada Gastronòmica Baked Beans Fish&chips Pa blanc Natilla	**20** Trinxat de coliflor i patata Macarrons integrals amb bolonyesa de soja -- Pa integral Fruita de temporada
23 Crema de pastanaga ECO Pernilets de pollastre al forn Patata al forn Pa blanc Fruita de temporada	**24** Sopa d'au amb fideus integrals Estofat de porc amb verduretes Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**25** Mongeta tendra saltejada amb pernil Cigrons estofats amb verdures -- Pa integral Fruita de temporada	**26** Paella de verdures Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**27** Llenties estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i olives Pa integral Fruita de temporada
30 Bròquil amb patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada				

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop

DOMINIQUES VIC – Novembre 26

Menú Comunitat

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2	3	4	5	6
Arròs amb verdures **2º Opció:** Verdura del dia Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	Minestra de verdures **2º Opció:** Crema del dia Pollastre rostit a la cassola Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**Macarrons integrals a la carbonara** **2º Opció:** Verdura del dia Salmó al forn Enciam, tomàquet i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**Crema de carbassó ECO** **2º Opció:** Verdura del dia Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge) Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	Mongetes seques estofades amb verdures **2º Opció:** Crema del dia Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives **Pa integral** Fruita de temporada
9	10	11	12	13
Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i **2º Opció:** Crema del dia **Espirals integrals amb bolonyesa de soja** -- Pa blanc Fruita de temporada	Llenties estofades amb verdures **2º Opció:** Crema del dia Truita francesa amb formatge Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	Sopa amb pasta **2º Opció:** Verdura del dia Lluç al forn Enciam i olives **Pa integral** Fruita de temporada	**Crema de carbassa ECO amb crostons** **2º Opció:** Verdura del dia Hamburguesa mixta a la planxa Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	Arròs tres delícies (truita, pèsols i gall dindi) **2º Opció:** Crema del dia Pollastre amb salsa barbacoa Enciam, tomàquet i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada
16	17	18	19	20
Sopa de lletres **2º Opció:** Crema del dia Llom al forn Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	Crema de verdures i moniato **2º Opció:** Verdura del dia Pollastre rostit a la llimona Enciam i tomàquet Pa blanc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet casolana **2º Opció:** Crema del dia Truita francesa Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	***Jornada Gastronòmica*** Baked Beans **2º Opció:** Verdura del dia Fish&chips Pa blanc Natilla	Trinxat de coliflor i patata **2º Opció:** Crema del dia **Macarrons integrals amb bolonyesa de soja** -- **Pa integral** Fruita de temporada
23	24	25	26	27
Crema de pastanaga ECO **2º Opció:** Verdura del dia Pernilets de pollastre al forn Patata al forn Pa blanc Fruita de temporada	**Sopa d'au amb fideus integrals** **2º Opció:** Crema del dia Estofat de porc amb verduretes Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	Mongeta tendra saltejada amb pernil **2º Opció:** Crema del dia Cigrons estofats amb verdures -- **Pa integral** Fruita de temporada	Paella de verdures **2º Opció:** Crema del dia Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	Llenties estofades amb verdures **2º Opció:** Verdura del dia Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i olives **Pa integral** Fruita de temporada
30				
Bròquil amb patata **2º Opció:** Crema del dia Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada				

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop

DOMINIQUES VIC – Novembre 26
LLAR D'INFANTS - Menú Triturat

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Puré de verdures amb llegum (50g patata, pastanaga i porro)+ 25g llegum Triturat de fruita	**3** Puré de verdures amb pollastre (40g d'arròs, carbassó i pastanaga)+ 15g pollastre Triturat de fruita	**4** Puré de verdures amb peix (100g patata, carbassa i ceba)+ 20g peix blanc Triturat de fruita	**5** Puré de verdures amb llom (100g patata, carbassa i ceba)+ 15g llom Triturat de fruita	**6** Puré de verdures amb ou (100g patata, mongeta tendra i ceba)+ 25g ou Triturat de fruita
9 Puré de verdures amb llegum (50g patata, pastanaga i porro)+ 25g llegum Triturat de fruita	**10** Puré de verdures amb ou (100g patata, carbassa i ceba)+ 25g ou Triturat de fruita	**11** Puré de verdures amb peix (40g d'arròs, carbassó i ceba)+ 20g peix blanc Triturat de fruita	**12** Puré de verdures amb vedella (100g patata, carbassa i ceba)+ 15g vedella Triturat de fruita	**13** Puré de verdures amb pollastre (100g patata, mongeta tendra)+ 15g pollastre Triturat de fruita
16 Puré de verdures amb llom (100g patata, carbassa i ceba)+ 15g llom Triturat de fruita	**17** Puré de verdures amb pollastre (40g d'arròs, carbassó i pastanaga)+ 15g pollastre Triturat de fruita	**18** Puré de verdures amb ou (25g d'arròs, carbassa i ceba)+ 25g ou Triturat de fruita	**19** Puré de verdures amb peix (100g patata,mongeta tendre i ceba)+ 20g peix blanc Triturat de fruita	**20** Puré de verdures amb llegum (50g patata, pastanaga i porro)+ 25g llegum Triturat de fruita
23 Puré de verdures amb pollastre (40g d'arròs, carbassó i pastanaga)+ 15g pollastre Triturat de fruita	**24** Puré de verdures amb llom (100g patata, mongeta tendra i ceba)+ 15g llom Triturat de fruita	**25** Puré de verdures amb llegum (50g patata, pastanaga i porro)+ 25g llegum Triturat de fruita	**26** Puré de verdures amb peix (40g d'arròs, carbassó i ceba)+ 20g peix blanc Triturat de fruita	**27** Puré de verdures amb ou (100g patata, mongeta tendra i ceba)+ 25g ou Triturat de fruita
30 Puré de verdures amb llom (100g patata, carbassa i ceba)+ 15g llom Triturat de fruita				

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop

DOMINIQUES VIC – Novembre 26
LLAR D'INFANTS - Menú Basal

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	**3** Minestra de verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**4** **Macarrons integrals a la carbonara** Salmó al forn Enciam, tomàquet i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**5** **Crema de carbassó ECO** Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge) Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**6** Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives **Pa integral** Fruita de temporada
9 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) **Espirals integrals amb bolonyesa de soja** -- Pa blanc Fruita de temporada	**10** Llenties estofades amb verdures Truita francesa amb formatge Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**11** Sopa amb pasta Lluç al forn Enciam i olives **Pa integral** Fruita de temporada	**12** **Crema de carbassa ECO amb crostons** Hamburguesa mixta a la planxa Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**13** Arròs tres delícies (truita, pèsols i gall dindi) Pollastre amb salsa barbacoa Enciam, tomàquet i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada
16 Sopa de lletres Llom al forn Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**17** Crema de verdures i moniato Pollastre rostit a la llimona Enciam i tomàquet Pa blanc Fruita de temporada	**18** Arròs amb salsa de tomàquet casolana Truita francesa Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**19** ***Jornada Gastronòmica*** *Baked Beans* *Fish&chips* *Pa blanc* *Natilla*	**20** Trinxat de coliflor i patata **Macarrons integrals amb bolonyesa de soja** -- **Pa integral** Fruita de temporada
23 **Crema de pastanaga ECO** Pernilets de pollastre al forn Patata al forn Pa blanc Fruita de temporada	**24** **Sopa d'au amb fideus integrals** Estofat de porc amb verduretes Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**25** Mongeta tendra saltejada amb pernil Cigrons estofats amb verdures -- **Pa integral** Fruita de temporada	**26** Paella de verdures Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**27** Llenties estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i olives **Pa integral** Fruita de temporada
30 Bròquil amb patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada				

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop

Decàleg de bons hàbits saludables



1o Procura beure 8-10 gots d'aigua al dia



2o Intenta dormir entre 8 i 10 hores, descansar és molt important per al teu cervell

3o Practica alguna activitat física per a exercitar el teu cos



4o Fes ima dieta variada i en quanitas adequades, es la base per una bona alimentació.

Esmorzar

Un esmorzar complert ha de contenir: Farinacis: pa o torrades, flocs de blat de moro...: Lactis: llet, iogurt natural, formatge...i Fruita fresca

Dinar

Creem menús sans i sostenibles, fomentant bons hàbits. Menús basats en la utilització d'aliments naturals, frescos, i de proximitat, amb proveïdors locals.

Berenar

És aconsellable planificar-los amb antelació, a partir de la programació mensual de dinars. D'aquesta manera evitem repeticions de certs aliments o l'abús de precuinats.

Sopar

Complimenta les aportacions de nutrients de l'esmorzar, dinar i sopar. Els aliments aconsellats són els làctics, farinacis i fruita fresca o seca.

Recomanacions de sopars

Si de primer dines....



Arròs, pasta o llegums



Verdures i hortalisses

De primer pots sopar....



Verdures i hortalisses



Arròs, pasta o llegums

Si de segon dines....



Peix o marisc



Ous



Carn



Proteïna vegetal

De segon pots sopar....









I de postre...



Preferiblement fruita fresca o iogurt (en cas de no haver-ne consumit cap durant el dia)

També hem d'incloure...



Verdura crua, com a plat principal o acompanyament/guarnició



Optar per farinacis (pa, pasta, arròs, etc.) integrals.

aramark
Ben a prop

DOMINIQUES VIC – Novembre 26

Menú Sense Gluten

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa s/gluten Fruita de temporada	**3** Minestra de verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i olives Pa s/gluten Fruita de temporada	**4** Macarrons s/gluten a la carbonara s/gluten Salmó al forn Enciam, tomàquet i blat de moro Pa s/gluten Fruita de temporada	**5** Crema de carbassó ECO Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge) Enciam i pastanaga Pa s/gluten Iogurt natural	**6** Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa s/gluten Fruita de temporada
9 Tricolor de verdura diegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Espirals s/gluten amb bolonyesa de soja s/gluten -- Pa s/gluten Fruita de temporada	**10** Llenties s/gluten estofades amb verdures Truita francesa amb formatge Enciam i blat de moro Pa s/gluten Fruita de temporada	**11** Sopa amb pasta s/gluten Lluç al forn Enciam i olives Pa s/gluten Fruita de temporada	**12** Crema de carbassa ECO amb crostons s/gluten Hamburguesa mixta a la planxa Enciam i pastanaga Pa s/gluten Iogurt natural	**13** Arròs tres delícies (truita, pèsols i gall dindi) Pollastre amb salsa barbacoa Enciam, tomàquet i pastanaga Pa s/gluten Fruita de temporada
16 Sopa amb pasta s/gluten Llom al forn Enciam i olives Pa s/gluten Fruita de temporada	**17** Crema de verdures i moniato Pollastre rostit a la llimona Enciam i tomàquet Pa s/gluten Fruita de temporada	**18** Arròs amb salsa de tomàquet casolana Truita francesa Enciam i blat de moro Pa s/gluten Fruita de temporada	**19** Jornada Gastronòmica Baked Beans s/salsa Fish&chips (llimanda a la planxa) Pa s/gluten Natilla	**20** Trinxat de coliflor i patata Macarrons s/gluten amb bolonyesa de soja s/gluten -- Pa s/gluten Fruita de temporada
23 Crema de pastanaga ECO Pernilets de pollastre al forn Patata al forn Pa s/gluten Fruita de temporada	**24** Sopa d'au amb fideus s/gluten Estofat de porc amb verduretes Enciam i blat de moro Pa s/gluten Fruita de temporada	**25** Mongeta tendra saltejada amb pernil Cigrons estofats amb verdures -- Pa s/gluten Fruita de temporada	**26** Paella de verdures Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i pastanaga Pa s/gluten Iogurt natural	**27** Llenties s/gluten estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i olives Pa s/gluten Fruita de temporada
30 Bròquil amb patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga Pa s/gluten Fruita de temporada				

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop

DOMINIQUES VIC – Novembre 26

Menú Sense Ou

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	**3** Minestra de verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**4** Macarrons s/ou a la carbonara i formatge s/ou Salmó al forn Enciam, tomàquet i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**5** **Crema de carbassó ECO** Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge s/ou) Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**6** Mongetes seques estofades amb verdures Llenguadina a la planxa Enciam, cogombre i olives **Pa integral** Fruita de temporada
9 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Espirals s/ou amb bolonyesa de soja -- Pa blanc Fruita de temporada	**10** Llenties estofades amb verdures Gall dindi al forn Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**11** Sopa amb pasta s/ou Lluç al forn Enciam i olives **Pa integral** Fruita de temporada	**12** **Crema de carbassa ECO amb crostons** Hamburguesa mixta a la planxa Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**13** Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i gall dindi) Pollastre amb salsa barbacoa Enciam, tomàquet i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada
16 Sopa amb pasta s/ou Llom al forn Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**17** Crema de verdures i moniato Pollastre rostit a la llimona Enciam i tomàquet Pa blanc Fruita de temporada	**18** Arròs amb salsa de tomàquet casolana Lluç a la planxa Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**19** ***Jornada Gastronòmica*** Baked Beans Fish&chips (llimanda a la planxa) Pa blanc Iogurt natural	**20** Trinxat de coliflor i patata Macarrons s/ou amb bolonyesa de soja -- **Pa integral** Fruita de temporada
23 **Crema de pastanaga ECO** Pernilets de pollastre al forn Patata al forn Pa blanc Fruita de temporada	**24** Sopa d'au amb fideus s/ou Estofat de porc amb verduretes Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**25** Mongeta tendra saltejada amb pernil Cigrons estofats amb verdures -- **Pa integral** Fruita de temporada	**26** Paella de verdures Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**27** Llenties estofades amb verdures Gall dindi al forn Enciam, tomàquet i olives **Pa integral** Fruita de temporada
30 Bròquil amb patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	**31**	**32**	**33**	**34**

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop

DOMINIQUES VIC – Novembre 26

Menú Sense Ou ni PLV

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	**3** Minestra de verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**4** Macarrons s/ou amb tomàquet Salmó al forn Enciam, tomàquet i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**5** **Crema de carbassó ECO** Llom rostit amb tomàquet Enciam i pastanaga Pa blanc Gelatina s/sucre	**6** Mongetes seques estofades amb verdures Llenguadina a la planxa Enciam, cogombre i olives **Pa integral** Fruita de temporada
9 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Espirals s/ou amb bolonyesa de soja s/formatge -- Pa blanc Fruita de temporada	**10** Llenties estofades amb verdures Gall dindi al forn Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**11** Sopa amb pasta s/ou Lluç al forn Enciam i olives **Pa integral** Fruita de temporada	**12** **Crema de carbassa ECO amb crostons** Hamburguesa mixta a la planxa Enciam i pastanaga Pa blanc Gelatina s/sucre	**13** Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i gall dindi) Pollastre amb salsa barbacoa Enciam, tomàquet i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada
16 Sopa amb pasta s/ou Llom al forn Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**17** Crema de verdures i moniato Pollastre rostit a la llimona Enciam i tomàquet Pa blanc Fruita de temporada	**18** Arròs amb salsa de tomàquet casolana Lluç a la planxa Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**19** ***Jornada Gastronòmica*** *Baked Beans* *Fish&chips (llimanda a la planxa)* *Pa blanc* *Gelatina s/sucre*	**20** Trinxat de coliflor i patata Macarrons s/ou amb bolonyesa de soja s/formatge -- **Pa integral** Fruita de temporada
23 **Crema de pastanaga ECO** Pernilets de pollastre al forn Patata al forn Pa blanc Fruita de temporada	**24** Sopa d'au amb fideus s/ou Estofat de porc amb verduretes Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**25** Mongeta tendra saltejada amb pernil s/plv Cigrons estofats amb verdures -- **Pa integral** Fruita de temporada	**26** Paella de verdures Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i pastanaga Pa blanc Gelatina s/sucre	**27** Llenties estofades amb verdures Gall dindi al forn Enciam, tomàquet i olives **Pa integral** Fruita de temporada
30 Bròquil amb patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada				

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop

DOMINIQUES VIC – Novembre 26

Menú Sense Porc

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	**3** Minestra de verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**4** **Macarrons integrals a la carbonara s/carn** Salmó al forn Enciam, tomàquet i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**5** **Crema de carbassó ECO** Hamburguesa vegetal amb tomàquet Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**6** Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives **Pa integral** Fruita de temporada
9 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) **Espirals integrals amb bolonyesa de soja** -- Pa blanc Fruita de temporada	**10** Llenties estofades amb verdures Truita francesa amb formatge Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**11** Sopa d'au amb pasta Lluç al forn Enciam i olives **Pa integral** Fruita de temporada	**12** **Crema de carbassa ECO amb crostons** Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**13** Arròs tres delícies (truita, pèsols i gall dindi) Pollastre amb salsa barbacoa Enciam, tomàquet i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada
16 Sopa d'au de lletres Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**17** Crema de verdures i moniato Pollastre rostit a la llimona Enciam i tomàquet Pa blanc Fruita de temporada	**18** Arròs amb salsa de tomàquet casolana Truita francesa Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**19** *Jornada Gastronòmica* *Baked Beans* *Fish&chips* *Pa blanc* *Natilla*	**20** Trinxat de coliflor i patata **Macarrons integrals amb bolonyesa de soja** -- **Pa integral** Fruita de temporada
23 **Crema de pastanaga ECO** Pernilets de pollastre al forn Patata al forn Pa blanc Fruita de temporada	**24** **Sopa d'au amb fideus integrals** Estofat vegetal a la jardinera Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**25** Mongeta tendra saltejada amb patates i ceba Cigrons estofats amb verdures -- **Pa integral** Fruita de temporada	**26** Paella de verdures Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i pastanaga Pa blanc Iogurt natural	**27** Llenties estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i olives **Pa integral** Fruita de temporada
30 Bròquil amb patata Hamburguesa vegetal amb salsa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada				

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop

DOMINIQUES VIC – Novembre 26

Menú Vegetarià sense ou

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Síndria, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	**3** Minestra de verdures Saltejat de llegums amb verdures Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**4** **Macarrons integrals amb tomàquet** Quinoa amb verduretes Enciam, tomàquet i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**5** **Crema de carbassó ECO** Hamburguesa vegetal amb tomàquet Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	**6** Mongetes seques estofades amb verdures Rotllets de primavera Enciam, cogombre i olives **Pa integral** Fruita de temporada
9 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i **Espirals integrals amb bolonyesa de soja s/formatge** -- Pa blanc Fruita de temporada	**10** Llenties estofades amb verdures Rotllets de primavera Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**11** Sopa vegetal amb pasta Saltejat de llegums amb verdures Enciam i olives **Pa integral** Fruita de temporada	**12** **Crema de carbassa ECO amb crostons** Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	**13** Arròs tres delícies (blat de moro, pèsols i pastanaga) Verdures saltejades amb soja Enciam, tomàquet i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada
16 Sopa vegetal de lletres Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	**17** Crema de verdures i moniato Quinoa amb verduretes Enciam i tomàquet Pa blanc Fruita de temporada	**18** Arròs amb salsa de tomàquet casolana Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**19** ***Jornada Gastronòmica*** *Baked Beans s/mel* *Rotllets de primavera* *Pa blanc* *Fruita de temporada*	**20** Trinxat de coliflor i patata **Macarrons integrals amb bolonyesa de soja s/formatge** -- **Pa integral** Fruita de temporada
23 **Crema de pastanaga ECO** Quinoa amb verduretes Patata al forn Pa blanc Fruita de temporada	**24** **Sopa vegetal amb fideus integrals** Estofat vegetal a la jardinera Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	**25** Mongeta tendra saltejada amb patates i ceba Cigrons estofats amb verdures -- **Pa integral** Fruita de temporada	**26** Paella de verdures Rotllets de primavera Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	**27** Llenties estofades amb verdures Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam, tomàquet i olives **Pa integral** Fruita de temporada
30 Bròquil amb patata Hamburguesa vegetal amb salsa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada				

MENÚS SUPERVISATS PER PROFESSIONALS AMB FORMACIÓ ACREDITADA DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA
En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador.
Contacti amb el seu responsable en cas de dubte.

aramark
Ben a prop