

## Menú escolar

## Gener - 2026

Menú Base Escoles PDC-B  
TASTA'M

## Dilluns

5

## Dimarts

6

## Dimecres

7

## Dijous

8

## Divendres

9

Espirals amb verdres  
Gall dindi guisat a la jardineria  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida amb fruita seca i formatge  
Llom de salmó al forn amb oli d'oliva i anet  
Patata al caliu  
Fruita natural de temporada

Bròquil amb patata  
Salsitxes de porc a la planxa  
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Quinoa amb verdures i fruita seca  
Alvocat i tomàquet amanit  
Fruita natural de temporada

12

Cigrons bullits amb oli d'oliva  
Filet de gall dindi amb salsa de tomàquet  
Enciams variats amanits amb pastanaga i olives verdes  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de tomàquet i olives  
Escalopa de vedella  
Llesca de pa amb tomàquet  
Fruita natural de temporada

13

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Trita de formatge  
Tomàquet amanit amb orenga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada  
Alvocat i tomàquet amanit  
Fruita natural de temporada

14

Fesolets amb verdures  
Peix fresc de Mercat  
Rodanxetes de tomàquet madur amb olives negres, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de meravella  
Trita de patates  
Tomàquet amanit amb orenga  
Fruita natural de temporada

15

\*Jornada gastronòmica d'Itàlia\*  
Espaguetis a la putanesca  
Mandonguilles de vedella a la jardineria  
Postres d'aniversari

i per sopar...  
Patates gratinades al forn  
Pinxos de rap i pebrots  
Xips de moniato  
logurt natural amb ametlles

16

Mongeta tendra amb patata  
Llenties estofades  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de tomàquet i blat de moro  
Orada al forn amb llimona  
Fruita natural de temporada

19

Mongetes seques estofades amb pastanagues  
Hamburguesa de vedella HALAL  
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Arròs 3 delícies  
Seitons arrebossats  
Verdures saltades  
Fruita natural de temporada

20

Bròquil amb patata  
Trita de formatge  
Tomàquet amanit amb orenga  
logurt natural sense sucre

i per sopar...  
Amanida amb fruits secs  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Patates a grills al forn amb espècies  
Fruita natural de temporada

21

Arròs amb verdures  
Peix fresc de Mercat  
Enciams variats amanits amb blat de moro i olives  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de verdures de temporada  
Cuixa de pollastre a la planxa amb tomàquet al forn  
Fruita natural de temporada

22

Crema de verdures de temporada  
amb rostes de pa al forn  
Macarrons a la bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Llobarro al forn amb moniato, ceba, tomàquet i pastanaga  
Fruita natural de temporada

23

Pèsols estofats  
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Pastis d'ou amb verdures  
Llesqueta de pa amb tomàquet i oli d'oliva  
Fruita de temporada

26

Cigrons estofats amb espinacs  
Pollastre guisat amb xampinyons  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Salmó a la papillota amb pastanaga, carbassó i ceba  
Moniato al caliu  
Fruita de temporada

27

Coliflor amb patata  
Filet de gall dindi arrebossat  
Enciams variats amanits amb blat de moro i olives  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Quinoa amb verdures i fruita seca esmicolada  
Alvocat i tomàquet amanit  
Fruita de temporada

28

Sopa amb arròs integral  
Peix fresc de Mercat  
Enciams variats amanits amb remolatxa i pastanaga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Espinacs amb patates  
Bistec de vedella a la planxa/forn  
Fruita de temporada

29

Crema de verdures de temporada  
amb rostes de pa al forn  
Fruita de patata i fonoll  
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Pa integral amb tomàquet, oli, alvocat i formatge  
Trita de carbassó i ceba  
Fruita de temporada

30

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)  
Carn d'olla (pollastre, pilota i verdura bullida)  
logurt natural sense sucre

i per sopar...  
Coliflor amb patata  
Pinxo amb daus de porc i pinya  
Brot variats amb orellanes i panses  
Fruita de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sòrell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.

## Menú escolar

Febrer - 2026

Menú Base Escoles PDC-B  
TASTA'M

## Dilluns

2

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Daus de pollastre al curri  
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purè de patates gratinat  
Sipia a la planxa i patata al caliu  
Amanida variada d'hortalisses  
Fruita de temporada

## Dimarts

3

Amanida de tomàquet, olives negres, orenga i formatge fresc  
Fideuà de peix amb salsa allioï  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Mongeta tendra amb patata  
Llesqueta de pa amb tomàquet i oli d'oliva  
Tall de formatge fresc  
Fruita de temporada

## Dimecres

4

Pèsols amb patates bullides  
Peix fresc de Mercat  
Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella  
logurt natural sense sucre

i per sopar...  
Patates al forn amb ceba  
Filet de gall dindi a la planxa/forn  
Fruita de temporada

## Dijous

5

Crema de verdures de temporada  
amb rostes de pa al forn  
Arròs a la cassola amb au  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa d'au amb meravella  
Trita de patata i fonoll  
Pebrot verd al forn  
Postres Lladers

## Divendres

6

Llenties estofades  
Trita de patata i ceba  
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida al gust  
Mini pizzas d'albergínia i mozzarella  
Fruita de temporada

9

Mongetes seques saltades amb all i julivert  
Cuixa de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Quinoa saltada amb bròquil i pastanaga ratllada  
Broquetes de rap, gamba, carbassó i tomàquet  
Fruita de temporada

10

Bròquil amb patata  
Trita de formatge  
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de meravella  
Trita de patata i ceba  
Enciams variats amanits  
Fruita de temporada

11

Brou de carn amb galets  
Peix fresc de Mercat  
Enciams variats amanits amb olives verdes i col lombarda  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Patates gratinades al forn  
Salsitxes de porc al forn  
Carxofa saltada  
Fruita de temporada

12

Amanida amb dauets de truita, cansalada, pipes i vinagreta  
Botifarra de porc al forn  
Patates a grills al forn  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Arròs amb verdures i mongeta blanca  
Tomàquets xerri amanits amb ruca  
Postres Lladers

13

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat  
Cruixents de pollastre arrebossats casolans  
Enciams variats amanits amb blat de moro i olives  
Pa de pessic banyat de xocolata

i per sopar...  
Sopa minestrone  
Trita a la francesa  
Enciams variats amanits  
Fruita de temporada

16

Sopa d'au amb arròs  
Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de lletres  
Seitons arrebossats  
Verdures saltades  
Fruita de temporada

17

Crema de verdures de temporada  
amb rostes de pa al forn  
Trita de formatge  
Enciams variats amanits amb blat de moro i olives  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Patata gratinada al forn  
Bacallà a la manresana  
Fruita de temporada

18

Macarrons a la napolitana  
Peix fresc de Mercat  
Enciams variats amanits amb blat de moro i olives  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida amb fruits secs  
Llom de porc arrebossat amb panet  
Fruita de temporada

19

Llenties estofades amb arròs  
Trita a la francesa  
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro  
logurt natural sense sucre

i per sopar...  
Coliflor gratinada  
Orada al forn amb carbassó i patata al caliu  
Fruita de temporada

20

Pèsols estofats  
Croquetes de cigrò casolanes amb salsa tzatziki  
Amanida d'enciam, tomàquet i olives  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Arròs amb verdures  
Trita de formatge  
Fruita de temporada

23

Verdura de temporada amb patata  
Cigrons estofats amb verdures  
logurt natural sense sucre

i per sopar...  
Moriato saltat  
Broquetes de verdures, gambes i pinya  
Fruita de temporada

24

Crema de verdures de temporada  
amb rostes de pa al forn  
Paella mixta d'arròs (pollastre, sipia i gambes)  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Patates al forn amb ceba  
Pa amb tomàquet i formatges variats  
Fruita de temporada

25

Espaguetis integrals camperes amb formatge ratllat  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassa i poma  
Mandonguilles de vedella a la jardineria  
Fruita de temporada

26

Bròquil amb patata  
Gall dindi guisat a la jardineria  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Trita de patata i ceba  
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro  
Pa amb tomàquet  
Panellets

27

Fideuà (sipia i gambes) amb allioï  
Trita a la francesa  
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purè de patata  
Llom de salmó amb compota de poma  
Fruita de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sored, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitò. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.

Menú escolar **Març - 2026****Menú Base Escoles PDC-B  
TASTA'M****Dilluns****2**

Mongetes seques estofades amb pastanagues  
Gall dindi guisat a la jardineria  
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Broquetes de verdures, gambes i pinya  
Orada al forn amb llimona  
Xips de moniato  
Fruita de temporada

**Dimarts****3**

Crema de pastanaga amb rostes de pa al forn  
Cruixents de pollastre arrebossat casolans  
Patates a grills al forn amb espècies  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Tomàquet amanit amb mozzarella  
Cuscús amb verdures i ametlles  
Fruita de temporada

**Dimecres****4**

Arròs integral amb verduteres  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols  
logurt natural sense sucre

i per sopar...  
Amanida verda amb formatge i pipes  
Pastís de patata, verdures i carn gratinat  
Fruita de temporada

**Dijous****5**

Pèsols guisats amb patates  
Trita de patata i fonoll  
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa amb lletres  
Quiche d'ou amb verdures  
Plàtan amb xocolata negra

**Divendres****6**

Sopa de galets petits i cigrons  
Mandonguilles de vedella a la jardineria  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassa i moniato  
Sípia a la planxa i patata al caliu  
Fruita de temporada

**9**

Paella mixta d'arròs (pollastre, sípia i gambes)  
Croquetes d'espínacs  
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro  
logurt natural sense sucre

i per sopar...  
Sopa de lletres  
Seitons arrebossats  
Cogombre i pastanaga  
Fruita de temporada

**10**

Crema de verdures de temporada  
amb rostes de pa al forn  
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Bledes amb patata  
Hamburguesa vegetal a la planxa  
Fruita de temporada

**11**

Coliflor gratinada amb beixamel  
Peix fresc de Mercat  
Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga  
amb fulles d'enciam meravella  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cintes de carbassó amb tomàquets secs saltats  
Trita de patata i ceba  
Fruita de temporada

**12**

Macarrons a la bolonyesa vegetal  
Nuggets de bròquil i formatge  
Enciams variats amanits amb blat de moro i olives  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Salsitxes de porc al forn  
Escalivada de pebrot vermell i alberginies  
Llesqueta de pa amb tomàquet i oli d'oliva  
Fruita de temporada

**13**

Amanida juliana de colors  
Cigrons amb arròs integral i verdures  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Remenat de xampinyons, daus de patata i ceba  
Anelles de calamar a la planxa  
Fruita de temporada

**16**

Espaguetis integrals campestres amb formatge ratllat  
Trita de pernil cuit  
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Quinoa amb verduteres i fruita seca  
Llom de bacallà amb salsa de tomàquet  
Fruita de temporada

**17**

Col amb patata  
Cuixa de pollastre a la planxa  
Rodanxetes de tomàquet madur amb olives verdes, oli i orenga  
amb fulles d'enciam meravella  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purè de patates gratinat  
Trita de pebrots  
Fruita de temporada

**18**

Arròs amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de Mercat  
Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres  
logurt natural sense sucre

i per sopar...  
Sopa amb arròs integral  
Gall dindi amb samfaina  
Fruita de temporada

**19**

Sopa amb arròs integral  
Trita a la francesa  
Pastanaga ratllada, blat de moro i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada  
Salmó a la papillota amb pastanaga, carbassó i ceba  
Fruita de temporada

**20**

Mongetes seques estofades amb pastanagues  
Calamars a la romana  
Enciams variats amanits amb blat de moro i olives  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de carbassó i patata  
Conill amb allioli  
Fruita de temporada

**23**

Cigrons bullits amb oli d'oliva  
Pollastre al forn amb ceba  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Col amb patata  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Fruita natural de temporada

**24**

Mongeta tendra amb pastanaga i patates  
Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de tomàquet, nous i olives  
Porc amb salsa de formatge  
Fruita natural de temporada

**25**

Llenties estofades  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada  
Fruita natural de temporada

**26**

Fideuà (sípia i gambes) amb allioli  
Croquetes de cigrò casolanes amb salsa tzatziki  
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de verdures amb pistons  
Sardines fresques al forn  
Llesca de pa amb tomàquet  
Fruita natural de temporada

**27**

\*Jornada gastronòmica de Tailàndia\*  
Aletes de pollastre amb soia, mel i llimona  
Arròs amb verdures i curri  
Amanida variada d'hortalisses  
Postres d'aniversari

i per sopar...  
Col amb patata  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Fruita natural de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorrell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

Arròs, llenties, cigrons i mongetes seques ecològics.

km.0



Producte làctic



Empresa sostenible

Dilluns

30

Llenties estofades  
Trita de patata i ceba  
Pastanaga ratllada, blat de moro  
i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

Dimarts

31

Crema de pastanaga  
amb rostes de pa al forn  
Cruixents de pollastre arrebossat  
casolans  
Patates a grills al forn amb  
espècies  
Fruita de temporada

Dimecres

Dijous

Divendres

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.