



MENÚ SETEMBRE 2025

GPiT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				
Dia 8 1r. Caragols de mar amb carabasseta ecològica i tomaca. 2n. Cruixents de lluç amb ensalada d'encisam, carlota, dacsà i olives. 3r. Lacti / Pa.	Dia 9 1r. Olla de llegums amb bledes. 2n. Truita francesa amb ensalada d'encisam, tomaca, carlota i cogombre. 3r. Fruita / Pa.	Dia 10 1r. Crema de coliflor. 2n. Lluç a la romana amb ensalada d'encisam, tomaca, carlota i api. 3r. Fruita / Pa.	Dia 11 1r. Sopa d'all amb pluja. 2n. Cuixa de pollastre en el seu suc amb creïlles a la brava. 3r. Fruita / Pa.	Dia 12 1r. Formatge fresc amanit a l'orenga amb lloïso rosso, tomaca, carlota i dacsà. 2n. Arròs amb magre, cigrons i fesols tendres. 3r. Gelat / Pa.
H.Carb:87g, Ensucres:23g Gras:18g, G.Sat.:2g Prot:16g, Fibra:3g Sal:1g, KCal:578	H.Carb:81g, Ensucres:23g Gras:20g, G.Sat.:4g Prot:24g, Fibra:14g Sal:2g, KCal:613	H.Carb:83g, Ensucres:25g Gras:20g, G.Sat.:6g Prot:27g, Fibra:7g Sal:4g, KCal:574	H.Carb:83g, Ensucres:24g Gras:19g, G.Sat.:2g Prot:21g, Fibra:11g Sal:2g, KCal:590	H.Carb:98g, Ensucres:23g Gras:30g, G.Sat.:4g Prot:26g, Fibra:12g Sal:1g, KCal:775
<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura a la planxa i peix blanc.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura bollida i peix blau.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura al vapor i carn d'au.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura bollida i ou.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura a la planxa i peix blanc.
Dia 15 1r. Sopa minestrone amb estrelles. 2n. Pit de pollastre empanat amb ensalada d'encisam, carlota, dacsà i remolatxa. 3r. Lacti / Pa.	Dia 16 1r. Llentilles hortanes 2n. Truita de carabasseta amb ensalada d'encisam, tomaca, carlota i cogombre. 3r. Fruita / Pa.	Dia 17 1r. Arròs amb pollastre, pimentó i pèsols. 2n. Calamars a la romana i ensalada campestre amb tomaca, carlota i olives. 3r. Fruita / Pa.	Dia 18 1r. Crema de carabassa ecològica . 2n. Hamburguesa al forn amb ceba i creïlles a la pobra. 3r. Fruita / Pa.	Dia 19 1r. Fideuà campellera amb calamar. 2n. Lluç a la de La Rioja amb ensalada d'encisam, tomaca, carlota i api. 3r. Gelat / Pa.
H.Carb:73g, Ensucres:20g Gras:18g, G.Sat.:7g Prot:27g, Fibra:8g Sal:2g, KCal:579	H.Carb:79g, Ensucres:23g Gras:16g, G.Sat.:5g Prot:25g, Fibra:17g Sal:4g, KCal:559	H.Carb:74g, Ensucres:26g Gras:26g, G.Sat.:7g Prot:22g, Fibra:15g Sal:4g, KCal:623	H.Carb:76g, Ensucres:24g Gras:14g, G.Sat.:4g Prot:23g, Fibra:7g Sal:2g, KCal:523	H.Carb:92g, Ensucres:24g Gras:19g, G.Sat.:5g Prot:34g, Fibra:7g Sal:2g, KCal:690
<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura a la planxa i peix blanc.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura al vapor i carn d'au.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura bollida i peix blau.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura a la planxa i peix blanc.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura bollida i ou.
Dia 22 1r. Macarrons amb tonyina i tomaca. 2n. Llom adobat al forn amb ensalada d'encisam, olives, carlota i remolatxa. 3r. Lacti / Pa.	Dia 23 1r. Crema de fesols natural amb ceba ecològica . 2n. Fogoner amb arrebossat casolà i ensalada gurmè amb carlota, dacsà i tomaca. 3r. Fruita / Pa.	Dia 24 1r. Potatge de cigrons amb moniato. 2n. Truita de creïlla amb mongeta tendra a l'all. 3r. Fruita / Pa.	Dia 25 1r. Sopa a la marinera amb pinyons de pasta. 2n. Mandonguilles de pollastre estofades amb xampinyó i creïlles forera a la gallega. 3r. Fruita / Pa.	Dia 26 1r. Arròs a la cubana amb tomaca i ou. 2n. Croquetes de bacallà amb ensalada d'encisam, carlota, dacsà i cogombre. 3r. Gelat / Pa.
H.Carb:82g, Ensucres:22g Gras:18g, G.Sat.:5g Prot:28g, Fibra:8g Sal:2g, KCal:604	H.Carb:90g, Ensucres:28g Gras:15g, G.Sat.:3g Prot:25g, Fibra:7g Sal:2g, KCal:608	H.Carb:75g, Ensucres:24g Gras:15g, G.Sat.:5g Prot:23g, Fibra:15g Sal:4g, KCal:531	H.Carb:80g, Ensucres:24g Gras:26g, G.Sat.:6g Prot:19g, Fibra:13g Sal:4g, KCal:616	H.Carb:111g, Ensucres:28g Gras:30g, G.Sat.:9g Prot:19g, Fibra:6g Sal:2g, KCal:799
<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura a la planxa i peix blanc.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura bollida i ou.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura al vapor i carn d'au.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura a la planxa i peix blanc.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura bollida i peix blau.
Dia 29 1r. Espaguetis bolonyesa amb tomaca i formatge. 2n. Truita francesa amb ensalada d'encisam, carlota, remolatxa i api. 3r. Lacti / Pa.	Dia 30 1r. Crema de verdures natural de temporada. 2n. Llom rostit en el seu suc amb creïlles al munt. 3r. Fruita / Pa.			
H.Carb:81g, Ensucres:27g Gras:19g, G.Sat.:6g Prot:30g, Fibra:7g Sal:3g, KCal:587	H.Carb:58g, Ensucres:4g Gras:19g, G.Sat.:4g Prot:27g, Fibra:15g Sal:3g, KCal:517			
<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura a la planxa i peix blanc.	<i>Sugeriment de sopar:</i> Verdura bollida i ou.			

Els divendres se servirà Pa amb segó

Existix un Menú Declaració d'Al·lèrgens a la disposició del comensal amb la finalitat d'informar sobre la possible presència o traces de substàncies arreflegades en el Reglament (UE) N°1169/2011 Annex II, que podrà consultar en el seu centre.

Atenció nutricional al comensal: De dilluns a dijous de 9.00 a 13.00 en el *tlf. 965 10 06 48 o les 24 hores en nutricionista@coessl.es

