# COL.LEGI SANTA MARIA

## Novembre - 2026

CONCEPCIÓN MAXIMIANO ALONSO
Servicio de Nutrición y Dietética
Dietista-Nutricionista
Colegiado Nº MAD00023

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>596 Kcal. P.: 22 HC.: 42 L.: 31 G.: 7<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>798 Kcal. P.: 10 HC.: 48 L.: 39 G.: 7<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>736 Kcal. P.: 18 HC.: 41 L.: 36 G.: 5<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>594 Kcal. P.: 20 HC.: 59 L.: 15 G.: 2<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>584 Kcal. P.: 15 HC.: 29 L.: 55 G.: 16<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>734 Kcal. P.: 18 HC.: 41 L.: 36 G.: 7<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>737 Kcal. P.: 14 HC.: 45 L.: 38 G.: 11<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>385 Kcal. P.: 18 HC.: 49 L.: 29 G.: 7<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>517 Kcal. P.: 25 HC.: 27 L.: 45 G.: 10<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>682 Kcal. P.: 17 HC.: 59 L.: 22 G.: 11<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>617 Kcal. P.: 14 HC.: 35 L.: 48 G.: 13<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>594 Kcal. P.: 20 HC.: 59 L.: 15 G.: 2<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>640 Kcal. P.: 32 HC.: 29 L.: 37 G.: 8<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>675 Kcal. P.: 21 HC.: 41 L.: 31 G.: 6<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>741 Kcal. P.: 14 HC.: 45 L.: 40 G.: 9<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>677 Kcal. P.: 24 HC.: 29 L.: 44 G.: 10<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>705 Kcal. P.: 13 HC.: 36 L.: 49 G.: 14<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>COCA CASOLANA DE VERDURES AMB BOLONYESA VEGETAL<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>701 Kcal. P.: 23 HC.: 40 L.: 36 G.: 11<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>780 Kcal. P.: 15 HC.: 45 L.: 37 G.: 11<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>794 Kcal. P.: 17 HC.: 38 L.: 40 G.: 9<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>658 Kcal. P.: 22 HC.: 39 L.: 34 G.: 7<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

***NOTES***: ***Llegenda***: **Kcal.**: *Kilocalories (Energia)* / ***P***: *Proteïnes* / ***H***: *Hidrats de Carboni* / ***L***: *Lípids* / ***G***: *Àcids Grassos Saturats.* Valors de nutrients expressats en % sobre energia total. Aportacions calòriques teòriques calculades per a nens/es de 6 a 9 anys. Els nostres menús van acompanyats d'aigua, pa o pa integral (2 vegades/setmana). Utilitzem sal iodada i, segons l'elaboració, oli de gira-sol, gira-sol alt oleic o oliva. FRUTA DE TEMPORADA ESTE MES: Mandarina, plátano, manzana, pera, naranja …..

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE ALVOCAT

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>COCA CASOLANA DE VERDURES AMB BOLONYESA VEGETAL<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE CARN

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>CREMA DE PATATA NATURAL<br>"FALAFEL" DE LLEGUMS (CIGRONS)<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA<br>ESCUDELLA DE VERDURES (CIGRONS, PATATA, PASTANAGA I COL)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES (ECOLÒGIC) AMB VERDURES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>OUS REMENATS<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>"FALAFEL" DE LLEGUMS (CIGRONS)<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA<br>ESCUDELLA DE VERDURES (CIGRONS, PATATA, PASTANAGA I COL)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>OUS REMENATS<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES BLANQUES AMB VERDURES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>LLUC AMB SALSA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>COCA CASOLANA DE VERDURES AMB BOLONYESA VEGETAL<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS (INTEGRALS) AMB ALLADA<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE LEGUMBRETA AMB CIGRONS I VERDURETES<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>MONGETES VERMELLES SALTEJADES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>FILET DE LLUÇ A LA PLANXA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE CIGRONS

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>ENCIAM<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT ( SENSE CIGRONS ) DE POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT ( SENSE CIGRONS ) DE POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>COCA CASOLANA DE VERDURES AMB BOLONYESA VEGETAL<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**

**Dieta:** SENSE FRUITS SECS NI SÉSAM

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**

**Dieta:** SENSE FRUITS SECS, ALVOCAT NI CASTANYA

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE FRUITS SECS

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**

**Dieta:** SENSE GAMBES NI CRUSTACIS

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>CINTA DE LLOM AMB ALLADA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>COCA CASOLANA DE VERDURES AMB BOLONYESA VEGETAL<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE GLUTEN

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>SOPA DE PASTA ( TUBITO )SENSE OU SENSE GLUTEN<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES (ECOLÒGIC) AMB VERDURES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RELLOM DE POLLASTRE EN SALSA<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>SOPA DE PASTA ( TUBITO )SENSE OU SENSE GLUTEN<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES (ECOLÒGIC) AMB VERDURES<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE KIWI NI PIÑA

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>COCA CASOLANA DE VERDURES AMB BOLONYESA VEGETAL<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE LACTOSA

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>POSTRE VEGETAL DE SOJA |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>POSTRE VEGETAL DE SOJA | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>TRUITA A LA FRANCESA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>POSTRE VEGETAL DE SOJA |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS (INTEGRALS) AMB ALLADA<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>POSTRE VEGETAL DE SOJA | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE LLEGUMS

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>CREMA DE PATATA NATURAL<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>ENCIAM<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>GRAELLADA D'ALBERGÍNIA I CARBASSÓ<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>ENCIAM<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>SOPA DE PASTA ( TUBITO )SENSE OU SENSE GLUTEN<br>BULLIT ( SENSE CIGRONS ) DE POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)<br>HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>GUISAT DE VERDURES<br>TRUITA A LA FRANCESA<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>PATATES AMB ALL I JULIVERT<br>RELLOM DE POLLASTRE EN SALSA<br>AMANIDA VERDA<br>IOGURT | **13**<br>MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA<br>HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>SOPA DE PASTA ( TUBITO )SENSE OU SENSE GLUTEN<br>BULLIT ( SENSE CIGRONS ) DE POLLASTRE, PASTANAGA I PATATA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>SALTEJAT DE PATATES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>PATATES BULLIDES AMB PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>FILET DE PORC EN SALSA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PASTANAGA EN DAUS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>PATATES AMB SALSA VERDA<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE LLENTIES

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>GUISAT DE VERDURES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>COCA CASOLANA DE VERDURES AMB BOLONYESA VEGETAL<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS INTEGRALS CARBONARA AMB BACÓ<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>PATATES AMB SALSA VERDA<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE OU

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>LLOM DE PORC AL FORN<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>SOPA DE PASTA ( TUBITO )SENSE OU SENSE GLUTEN<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>SOPA DE PASTA ( TUBITO )SENSE OU SENSE GLUTEN<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>POLLASTRE AMB SALSA<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**

**Dieta:** SENSE PINYONS NI CLARA D´OU CRU

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>BULLIT MALLORQUÍ<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>LLOM DE PORC AL FORN<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>SOPA DE PASTA ( TUBITO )SENSE OU SENSE GLUTEN<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES GUISADES<br>CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>FREGIT MALLORQUÍ<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>GUISAT DE PILOTES<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>SOPA DE PASTA ( TUBITO )SENSE OU SENSE GLUTEN<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES SEQUES CASOLANES ESTOFADES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE PORC AMB AROMA DE CANYELLA<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>GUISAT DE MONGETES VERMELLES<br>POLLASTRE AMB SALSA<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>SÍPIA GUISADA AMB SOBRASSADA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

**COL.LEGI SANTA MARIA**
**Dieta:** SENSE PORC

# Novembre - 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| **2**<br>CREMA DE PATATA NATURAL<br>GUISAT DE POLLASTRE<br>TRAMPO MALLORQUÍ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **3**<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>TRUITA D´ESPINACS<br>ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **4**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA<br>FILET D´ ABADEJO ARREBOSSAT<br>ENCIAM I BROTS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **5**<br>SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **6**<br>CREMA DE VERDURES NATURAL (PASTANAGA, CARABASSÓ, PORRO, CEBA I PATATA) AMB CROSTONS<br>HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA<br>AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE<br>IOGURT |
| **9**<br>LLENTIES (ECOLÒGIC) AMB VERDURES<br>GREIXERA D´OU<br>TOMÀQUET I PASTANAGA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **10**<br>ARRÒS BRUT AMB VERDURES<br>CIGRONS AMB TOMÀQUET<br>ENCIAM I CEBA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **11**<br>*JORNADA FISH REVOLUTION*<br>CREMA DE PORRO I PATATA<br>FISH LASANYA DE LLUÇ<br>FRUITA DE TEMPORADA | **12**<br>MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA<br>RAGOUT DE POLLASTRE<br>AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA<br>IOGURT | **13**<br>ESPIRALS (INTEGRALS) AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET NATURAL I ORENGA<br>FAJITAS AMB XILI DE LEGUMBRETA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **16**<br>BRÒQUIL A L'ESTIL CAJÚN<br>"FALAFEL" DE LLEGUMS (CIGRONS)<br>TOMÀQUET AMANIT I PEBROT VERD<br>FRUITA DE TEMPORADA | **17**<br>SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA<br>BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)<br>FRUITA DE TEMPORADA | **18**<br>CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL<br>TUMBET<br>FRUITA DE TEMPORADA | **19**<br>MONGETES BLANQUES AMB VERDURES<br>LLUÇ A LA MALLORQUINA<br>ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DE TEMPORADA | **20**<br>*DIA UNIVERSAL DE L´INFANT*<br>ARRÒS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS<br>OUS AMB SALSA AURORA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>IOGURT |
| **23**<br>TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA<br>POLLASTRE ROSTIT AMB ORENGA<br>AMANIDA D´ ENCIAM, TOMÀQUET I REMOLATXA<br>FRUITA DE TEMPORADA | **24**<br>CREMA DE CARBASSÓ AMB OLI D'ALFÀBREGA<br>COCA CASOLANA DE VERDURES AMB BOLONYESA VEGETAL<br>FRUITA DE TEMPORADA | **25**<br>MACARRONS (INTEGRALS) AMB ALLADA<br>SORELL AMB ALLETS EN SALSA DE TOMÀQUET<br>ENCIAM I COGOMBRE<br>IOGURT | **26**<br>*LA RUTA DE LES ESPÈCIES*<br>KHICHDI ARRÒS AMB LLENTIES<br>ESTOFAT DE LEGUMBRETA AMB CIGRONS I VERDURETES<br>PÈSOLS<br>FRUITA DE TEMPORADA | **27**<br>MONGETES VERMELLES SALTEJADES<br>TRUITA DE PATATES<br>ENCIAM I COL LLOMBARDA<br>FRUITA DE TEMPORADA |
| **30**<br>LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)<br>FILET DE LLUÇ A LA PLANXA<br>ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

**Observacions:** No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

# Scolarest

## Menjar. Aprendre. Viure.

**MENJAR**. Receptes elaborades amb aliments saludables, gustosos i variats perquè els comensals gaudeixin del menjar.

**APRENDRE.** Valors i costums vitals saludables que permeten prendre decisions responsables que els acompanyaran tota la vida.

**VIURE.** Moments únics convivint, jugant i compartint en un entorn respectuós amb les persones i el medi ambient.



Segueix-nos a xarxes per conèixer millor els nostres projectes:
www.scolarest.es

## Temporada

## PRIMAVERA - ESTIU

Tria productes de temporada:
MÉS FRESCOS, MÉS GUSTOSOS
I MILLORS PER AL PLANETA

### FRUITES

| | | |
|---|---|---|
| Albercoc | Llimona | Préssec pla |
| Figaflor | Préssec | Pera |
| Cirera | Meló | Plàtan |
| Pruna | Nectarina | Síndria |
| Figa | Nespra | |

### VERDURES I HORTALISSES

| | | |
|---|---|---|
| Bledes | Espàrrec verd | Pebrot |
| All | Pèsols | Porro |
| Albergínia | Faves | Rave |
| Bròquil | Mongeta verda | Tomàquet |
| Carbassó | Enciam | Pastanaga |
| Ceba | Nap | |
| Coliflor | Cogombre | |
| Espinacs | | |

*Calendari de fruites i verdures de temporada del Ministeri d'Agricultura, Pesca i Alimentació.*

## CREAR UN SOPAR SALUDABLE

Amb el Plat Harvard és molt fàcil planificar un sopar saludable.

### PLAT HARVARD

Amb aquest repartiment és molt fàcil entendre les proporcions de cada grup d'aliments.




## SI HEM MENJAT... PODEM SOPAR

| | | |
|---|---|---|
| Pasta, arròs, llegum, patata... | → | Verdura cuita o amanida |
| Verdura cuita o amanida | → | Pasta, arròs, llegum, patata... |
| Carn | → | Peix o ou |
| Peix | → | Carn o ou |
| Ou | → | Peix o carn |
| Fruita | → | Lactis o fruita |
| Lactis | → | Fruita |

**RECORDA:** Inclou sempre verdures i hortalisses a cada àpat. En cas d'al·lèrgia o intolerància a algun aliment, se substitueix per un aliment del mateix grup alimentari o, si no pot ser, per un altre aliment que tingui un valor nutricional similar.

Scolarest

NOTES:

CONSULTA AQUEST QR PER A MÉS INFORMACIÓ SOBRE EL MENÚ

D'acord amb el Reial Decret 1021/2022, congelem el peix que es consumirà cru o poc fet, excepte si procedeix d'aqüicultura amb certificat d'absència d'anisakis. Per a més informació sobre els nostres menús, com ara el seu contingut en al·lèrgens d'acord amb el Reglament 1169/2011, podeu consultar les fitxes tècniques disponibles a la cuina o bé accedir-hi directament amb aquest QR. En cas de necessitar un menú especial, si us plau faci'ns arribar el certificat mèdic pertinent tal com disposa la Llei 17/2011, perquè el nostre equip de dietistes us pugui elaborar una dieta adaptada a les vostres necessitats.