

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES



FISH
REVOLUTION



1 606 Kcal. P.: 18 HC.: 49 L.: 27 G.: 4

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CIGRONS AMB SALTAT DE VERDURES I GALL
DINDI
FRUITA DE TEMPORADA

2 720 Kcal. P.: 10 HC.: 51 L.: 36 G.: 7

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA DE TEMPORADA

5 595 Kcal. P.: 14 HC.: 32 L.: 51 G.: 13

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6 642 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 33 G.: 8

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7 705 Kcal. P.: 18 HC.: 35 L.: 45 G.: 7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8 681 Kcal. P.: 16 HC.: 50 L.: 31 G.: 10

RECEPTE FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9 791 Kcal. P.: 17 HC.: 56 L.: 22 G.: 3

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13 597 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 35 G.: 7

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROS
FRUITA DE TEMPORADA

14 599 Kcal. P.: 20 HC.: 58 L.: 15 G.: 2

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15 581 Kcal. P.: 14 HC.: 60 L.: 23 G.: 7

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16 575 Kcal. P.: 22 HC.: 57 L.: 19 G.: 5

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
I OGURT

19

517 Kcal. P.: 17 HC.: 42 L.: 39 G.: 12

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20 643 Kcal. P.: 17 HC.: 52 L.: 29 G.: 6

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
I OGURT

21 1.027 Kcal. P.: 20 HC.: 40 L.: 38 G.: 7

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22 602 Kcal. P.: 21 HC.: 46 L.: 29 G.: 12

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23 703 Kcal. P.: 16 HC.: 41 L.: 37 G.: 7

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

772 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 35 G.: 5

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27 744 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 35 G.: 9

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB Salsa de TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28 553 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 28 G.: 5

CREMA DE COUFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29 683 Kcal. P.: 11 HC.: 55 L.: 31 G.: 6

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30 511 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 46 G.: 10

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i
porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
I OGURT

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AL FORN
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL
(SENSE FORMATGE)
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
POSTRE VEGETAL DE SOJA

21

LA RUTA DE LA SEDA
ESPAGUETIS AMB SOFREGIT
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

GALETS AMB ALLADA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM
POSTRE VEGETAL DE SOJA

FISH
REVOLUTION

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

CREMA DE VERDURES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLORE I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
I OGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
I OGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
I OGURT

FISH
REVOLUTION

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

TUBITOS SENSE GLUTEN NI OU AMB ALLADA
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRON SENSE GLUTEN NI OU A LA
BOLONYESA (CARN PICADA, TOMÀQUET)
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
I OGURT

19

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
I OGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB
SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

TUBITOS SENSE GLUTEN NI OU AMB ALLADA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
I OGURT

FISH
REVOLUTION

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE PINYONS NI CLARA D'OU CRU

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

1

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CIGRONS AMB SALTAT DE VERDURES I GALL
DINDI
FRUITA DE TEMPORADA

2

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA
FILET D'AGULLA DE PORC A LA PLANXA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
IOGURT



FISH
REVOLUTION



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

1

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CIGRONS AMB SALTAT DE VERDURES I GALL DINDI
FRUITA DE TEMPORADA

2

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA DE TEMPORADA

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA, PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES AMB ARRÒS I VERDURES (PEBROT, PASTANAGA I PATATA)
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

COLIFLOR AMB PATATES
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
IOGURT



FISH REVOLUTION



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLORE I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
IOGURT

FISH
REVOLUTION

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
HAMBURGUESA DE LLEGUM A LA PLANXA
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
FILET D'ABADEJO AMB Salsa
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
ESCUDELLA DE VERDURES (CIGRONS, PATATA,
PASTANAGA I COL)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
FILET DE LLUÇ ARREBOSSAT
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES AMB ARRÒS I VERDURES (PEBROT,
PASTANAGA I PATATA)
CROQUETES D' ESPINACS
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB Salsa DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

COLIFLOR AMB PATATES
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE LLEGUM A LA PLANXA
ENCIAM
IOGURT

FISH
REVOLUTION

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
FILET DE PORC AMB ALL I JULIVERT
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
POLLASTRE ROSTIT
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
IOGURT

FISH
REVOLUTION

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
IOGURT

FISH
REVOLUTION

COL·LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE FRUITS SECS, ALVOCAT NI CASTANYA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

1

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CIGRONS AMB SALTAT DE VERDURES I GALL D'INDI
FRUITA DE TEMPORADA

2

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLORE I TOMÀQUET NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL D'INDI TERRORÍFICA AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
IOGURT



FISH
REVOLUTION



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLORE I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
IOGURT

FISH
REVOLUTION

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE GAMBES NI CRUSTACIS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

1

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CIGRONS AMB SALTAT DE VERDURES I GALL D'INDI
FRUITA DE TEMPORADA

2

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA DE TEMPORADA

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
CARN MAGRA AMB Salsa DE TOMÀQUET
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
CIGRONS AMB VERDURES
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE, PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET NATURAL
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
HAMBURGUESA DE GALL D'INDI A LA PLANXA
I OGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL D'INDI TERRORÍFICA AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
I OGURT



FISH
REVOLUTION



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AL FORN
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

TUBITOS SENSE GLUTEN NI OU AMB ALLADA
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBÀ,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

CREMA DE VERDURES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRON SENSE GLUTEN NI OU A LA
BOLONYESA (CARN PICADA, TOMÀQUET)
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBÀ, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBÀ
I OGURT

19

SOPA DE PASTA (TUBITO)SENSE OU SENSE
GLUTEN
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FILET D'ABADEJO AMB SALSÀ
I OGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
MACARRONS SENSE GLUTEN I NI OU AMB
SALSÀ DE TOMÀQUET CASOLANA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS AMB TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I CEBÀ
FRUITA DE TEMPORADA

27

TUBITOS SENSE GLUTEN NI OU AMB ALLADA
TONYINA AMB SALSÀ DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
I OGURT

FISH
REVOLUTION

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Octubre - 2026

DIVENDRES

5

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA DE TEMPORADA

6

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
REMENAT DE PATATES I FORMATGE
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA EN EL SEU
SUC
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA DE TEMPORADA

8

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AMB TOMÀQUET, BEIXAMEL
SUAU I GRATINADA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I
OLIVES
GELAT

9

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA DE TEMPORADA

12

FESTIVO

13

LLENTIES ESTOFADES
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I BROTS
FRUITA DE TEMPORADA

14

SOPA D'AU AMB PASTA
BULLIT (BULLIT DE CIGRONS, POLLASTRE,
PATATES, PASTANAGUES I FESOLS TENDRES)
FRUITA DE TEMPORADA

15

CREMA DE VERDURES
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS AMB CEBA, ALL, LLOREI I TOMÀQUET
NATURAL
BACALLÀ A LA RIOJANA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

19

SOPA D'AU AMB PASTA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FREGIT D'ABADEJO MALLORQUÍ
IOGURT

21

LA RUTA DE LA SEDA
TALLARINES A LA GENOVESA
KHORESH MORGH (POLLASTRE PERSA)
PASTANAGA EN DAUS
FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA DE TEMPORADA

23

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA DE TEMPORADA

26

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I CEBA
FRUITA DE TEMPORADA

27

MACARRONS A LA CARBONARA
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET
MONGETES TENDRES
FRUITA DE TEMPORADA

28

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE
SOBRASSADA
TRAMPÓ MALLORQUÍ AMB MONGETES
BLANQUES
TUMBET
FRUITA DE TEMPORADA

29

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DE TEMPORADA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE GRIPAUS I COLOBRES (Pèsols i porro)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI TERRORÍFICA
AMB TOMÀQUET I FORMATGE
ENCIAM
IOGURT

FISH
REVOLUTION

Scolarest

Menjar. Aprendre. Viure.

MENJAR. Recptes 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


Scolarest

NOTES:

Temporada

PRIMAVERA - ESTIU

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



FRUITES



Albercoc
Figafior
Cirera
Pruna
Figa

Llimona
Préssec
Meló
Nectarina
Nespra

Préssec pla
Pera
Plàtan
Síndria

VERDURES I HORTALISSES

Bledes
All
Albergínia
Bròquil
Carbassó
Ceba
Coliflor
Espinacs

Espàrrec verd
Pèsols
Faves
Mongeta
verda
Enciam
Nap
Cogombre

Pebrot
Porro
Rave
Tomàquet
Pastanaga



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.

CONSULTA AQUEST QR
PER A MÉS INFORMACIÓ
SOBRE EL MENÚ

