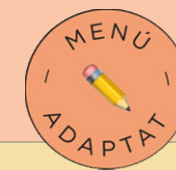


Menú novembre 2026

ESCOLA LA FLORIDA / SENSE LACTOSA I BAIX EN FRUCTOSA (CA-SA)



ReCrea
Gastronomia col·lectiva

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Coliflor i patata bullida amb oli d'oliva Peix arrebossat s/al·lèrgens amb amanida d'enciams i vinagreta Fruita permesa	3 Llenties estofades amb verdures permeses Truita d'espínacs i patata amb enciam de fulla de roure i olives s/tomàquet ni formatge Fruita permesa	4 Espaguetis refinats amb oli d'oliva s/formatge Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de cogombre i olives negres Iogurt natural s/lactosa	5 Arròs saltat amb verdures permeses Ventresca de lluç al forn amb salsa verda i carbassó s/pèsols Fruita permesa	6 Crema de carbassa de proximitat s/lactis ni ceba Magra d'au a la planxa amb enciams variats s/ceba ni pastanaga Fruita permesa
9 Crema de verdures permeses s/lactis ni ceba Macarrons amb bolonyesa de carn casolana s/formatge Fruita permesa	10 Trinxat de la Cerdanya (patata i col d'hivern) Botifarra de porc amb cogombre amanit Fruita permesa	11 TASTA I DESCOBREIX Llenties estofades amb verdures permeses Pernilets de pollastre al forn amb xips casolanes de patata s/al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa	12 Sopa casolana d'au amb lletres Truita de patata s/ceba amb enciam i raves (s/pastanaga ni blat de moro) Fruita permesa	13 Arròs blanc amb verdures permeses i oli d'oliva s/tomàquet Peix fogoner al forn amb amanida d'enciam meravella i cogombre Fruita permesa
16 Tallarines amb oli d'oliva s/formatge Remenat d'ou, carbassó i patata amb cogombre i api ratllat s/col llombarda Fruita permesa	17 Crema de verdures permeses s/lactis ni ceba Pollastre arrebossat casolà s/al·lèrgens amb enciam i olives verdes s/tomàquet Fruita permesa	18 Arròs blanc amb verdures permeses s/tomàquet Filet de llúcia al forn amb all i julivert, i carbassó al forn Fruita permesa	19 Bròquil amb patata bullida Pocs cigrons guisats amb arròs i espínacs Fruita permesa	20 Patates bullides amb verdures permeses i oli d'oliva Daus de gall dindi al forn amb enciam i cogombre s/fruïta Iogurt natural s/lactosa
23 Arròs saltat amb verdures permeses Truita a la francesa amb amanida de canonges, raves i pipes Fruita permesa	24 PROJECTE TEMÀTIC - ÍNDIA Crema suau de carbassa amb un toc de cúrcuma s/ceba ni lactis Dhal cremós de llenties vermelles (verdures permeses i llet de coco s/lactis) Iogurt natural s/lactosa amb un toc de canyella	25 Bledes amb patata s/pastanaga Pollastre a l'ast amb cogombre amanit s/tomàquet ni panses Fruita permesa	26 Sopa d'au amb cigrons i arròs Rodó de vedella amb xampinyons i patates fregides s/al·lèrgens Fruita permesa	27 Macarrons refinats amb oli d'alfàbrega s/formatge Lluç al forn amb enciam de fulla roure i raves s/blat de moro Fruita permesa
30 Arròs amb sofregit de verdures permeses Remenat d'ou i patata amb canonges i olives s/pastanaga Fruita permesa				

Pa blanc cada dia. / Plats amanits amb oli d'oliva verge extra. / Elaborat amb sal iodada en quantitat mínima.

Es comprovarà que els productes no continguin els aliments no tolerats, es couran els aliments en estris exclusius i es fregiran en oli nou.

Fruita permesa, NO molt madura (taronja, plàtan, préssec, albercoc, meló, síndria, maduixes, mores, gerds, pinya, coco, mandarina i llimona).