MENÚ NOVEMBRE 2026

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 de novembre	3 de novembre	4 de novembre	5 de novembre	6 de novembre
LLENTIES ESTOFADES	MACARRONS AMB TOMÀQUET	SOPA D'ARRÒS AMB VERDURES	CREMA DE PASTANAGA	EMPEDRAT DE MONGETA
llentia ECO, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga	*pasta seca integral, tomàquet, ceba, all, pastanaga, carabassó, albergínia i formatge*	*arròs, porro, pastanaga, api, coliflor, col i xirivia*	*pastanaga natural, ceba, porro, all i patata*	*mongetes, tomàquet i olives*
ACOMPANYAMENT AMANIDA DE FRUITS SECS	TRUITA DE CARABASSÓ AMB VARIAT D'ENCIAMS	SALSITXES AMB TOMÀQUET i PATATES AL FORN	GALL DINDI A LA PLANXA AMB PÈSOLS	LLUÇ AL FORN AMB LLIMONA i PASTANAGA RATLLADA
enciam, tomàquet, pipes de gira-sol i nous	*ou líquid pasteuritzat, carabassó i variat d'enciams*	*carn de porc, tomaquet, ceba i patata*	*gall dindi i pèsols*	*lluç, llimona i pastanaga*
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
		I PER SOPAR...		
Verdures cuites + tubèrcul (moniato) + carn blanc	*Sopa de pollastre amb quinoa o arròs + ous (gallina) + amanida variada (canonges, endívies)*	*Cruciferas (col, bròquil, coliflor) amb tubèrcul o cereals integrals o blancs + carn vermella*	*Amanida tèbia o freda (incloure bolets) + peix blau (salmó, tonyina, sardines) + cereal integral (arròs o quinoa)*	*Hortalisses (crues) + carn blanca (pollastre o gall dindi, conill) + cereal integral (pa)*
9 de novembre	10 de novembre	11 de novembre	12 de novembre	13 de novembre
LLACETS AMB TOMÀQUET	CIGRONS ESTOFATS	ARRÒS AMB TOMÀQUET	MONGETES ESTOFADES	COLIFLOR AMB PATATA
pasta seca, tomàquet, ceba, albergínia, pastanaga i carabassó	*cigró, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdures*	*arròs i tomàquet*	*mongeta, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga*	*coliflor i patata*
REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS	***ACOMPANYAMENT*** AMANIDA DE L'HORT AMB FORMATGE FRESC	CALAMARS A LA ROMANA AMB COGOMBRE AMANIT	***ACOMPANYAMENT*** AMANIDA VERDA	ALETES DE POLLASTRE AMB PÈSOLS
ou líquid pasteuritzat i xampinyons	*enciam romà, tomàquet, cogombre, pastanaga, olives i formatge fresc*	*calamar, farina de blat, ou i cogombre*	*variat d'enciams, cogombre, tomàquet, ceba i olives*	*pollastre i pèsols*
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
		°		
Castanyes o cereals integrals amb Hortalisses i peix blau	*Hortalisses (crues o cuites) + ous + cereal integral (pa)*	*Sopa de llegums amb verdures i o proteïnes vegetals com tofu*	*Hortalisses (crues o cuites) + carn blanca (pollastre o gall dindi, conill) + cereals integrals*	*Verdures cuites o crues + pseudo cereal (quinoa, cuscús, blat de moro) + peix blanc*
16 de novembre	17 de novembre	18 de novembre	19 de novembre	20 de novembre
LLENTIES ESTOFADES	BRÒQUIL AMB PATATA	MONGETA BLANCA ESTOFADA	SOPA DE FIDEUS	**MENÚ TARRAGONÉS** PAELLA DE MARISC
llentia ECO, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga	*bròquil i patata*	*mongeta, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga*	*api, porro, nap, xirivia, col, pastanaga, patata i pasta integral*	*arròs, pebrot vermell, tomàquet, músclos, sèpia, tomàquet, all i gamba*
REMENAT D'OU AMB ESPÀRRECS DE MARGE I ENCIAM	VERAT AL FORN AMB PASTANAGA RATLLADA	***ACOMPANYAMENT*** AMANIDA VARIADA	POLLASTRE ARREBOSSAT AMB XAMPINYONS SALTEJATS	AMANIDA DE L'HORT
ou líquid pasteuritzat, espàrrecs de marge i enciam	*verat i pastanaga*	*enciam, olives, blat de moro, cogombre i tomàquet*	*pollastre, farina de blat, xampinyons, all i julivert*	*enciam romà, tomàquet, cogombre, pastanaga, blat de moro i olives*
IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
		I PER SOPAR...		
Tubèrcul (moniato, patata, puré) amb verdures i carn vermella	*Sopa amb pasta integral o blanca + llom o truita amb verduretes*	*Hortalisses (crues o cuites) + ous + patata o moniato)*	*Cereals integrals amb hortalisses i peix blau*	*Hortalisses (crues o cuites) + carn blanca + pseudo cereal (quinoa, pa de civada o kamut o espelta)*
23 de novembre	24 de novembre	25 de novembre	26 de novembre	27 de novembre
LLENTIES ESTOFADES	ARRÒS AMB VERDURES	AMANIDA DE CIGRONS	ESPIRALS AMB OLI I ALFABREGA AMB FORMATGE RATLLAT	CREMA DE XAMPINYONS
llentia ECO, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga	*arròs integral, ceba, all, porro, tomàquet triturat, pebrot vermell i carabassó*	*cigrons, alvocat, cogombre i ceba*	*pasta seca, alfàbrega, formatge ratllat i oli d'oliva*	*xampinyons, ceba, porro, patata, carabassó i pastanaga*
ACOMPANYAMENT AMANIDA DE TOMÀQUET I BLAT DE MORO	TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA	GALL DINDI AMB SALSA DE LLIMONA	LLUÇ AMB SALSA VERDA	LLOM DE PORC AMB SALSA DE TOMÀQUET
tomàquet, cogombre i blat de moro	*ou líquid pasteuritzat, patates i amanida*	*gall dindi, ceba, porro, all, llimona i brou de verdures*	*ou dur, tomàquet natural i variat d'enciams*	*carn de porc, tomàquet natural, ceba i pebrot verd*
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
		I PER SOPAR...		
Hortalisses (crues o cuites) + ous o carn blanc + patata o moniato	*Castanyes o cereals integrals amb hortalisses i peix blau*	*Sopa de cereals amb verdures i o proteïnes vegetals com tofu*	*Verdures cuites + tubèrcul (moniato) + carn blanca*	*Amanida tèbia o freda (incloure bolets) + peix blau (salmó, tonyina, sardines) + cereal integral (arròs o quinoa)*
30 de novembre				
ESPAGUETI AL PESTO ROSO	**Menú vegà**	**Producte ecològic**	**Producte integral**	**Dia especial Joan Miró**
pastas seca, tomàquet, ceba i alfàbrega				
REMENAT D'OU AMB COGOMBRE				
ou líquid pasteuritzat i cogombre				
IOGURT NATURAL				
I PER SOPAR...				
Tubèrcul (moniato, patata, puré) amb verdures i carn vermella				TARRAGONÈS

Dr. Cristian Didier Hernández
Dietsta - Nutricionista
Col: CAT000694

S'ofereix pa integral en cada àpat

L'oli per amanir és d'oliva verge i per cuinar oli d'oliva

Disanta Nutrición SL
Alcalde Porqueras 74
25006 Lleida