

## MENÚ FEBRER 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

ESCOLA BRESSOL VALDORÈIX

	De l'1 al 2 de febrer	Del 5 al 9 de febrer	Del 12 al 16 de febrer	Del 19 al 23 de febrer	Del 26 al 28 de febrer
DILLUNS		RAVIOLIS A LA NAPOLITANA  TRUITA CAMPEROLA amb enciam i olives  Pa i fruita del temps	CIGRONS AMB VERDURES  TRUITA FRANCESA amb enciam i tomàquet  Pa i fruita del temps	LLENTIES ESTOFADES AMB MILL  TRUITA DE FORMATGE Amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET  TRUITA DE CARBASSÓ Amb enciam i olives  Pa i fruita del temps
DIMARTS		CREMA DE CARBASSA  POLLASTRE AL FORN Amb patates xips  Pa i fruita del temps	ESPIRALS AMB VERDURES  LLENGUADINA AL FORN amb enciam i tomàquet  Pa i fruita del temps	ARRÒS A LA MILANESA  BACALLÀ AL FORN Amb tomàquet al forn  Pa i fruita del temps	CREMA D'ESPINACS AMB FORMATGE  POLLASTRE PLANXA Amb enciam i pastanaga  Pa i fruita del temps
DIMECRES		AMANIDA COMPLETA (enciam, tomàquet i pastanaga ratllada) BOTIFARRA A LA PLANXA Amb mongetes seques  Pa i fruita del temps	SOPA DE PASTA  PERNILETS DE POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS Amb enciam i olives  Pa i fruita del temps	SOPA D'ESTRELLETES  HAMBURGUESA DE VEDELLA Amb patata caliu  Pa i fruita del temps	MACARRONS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET I CEBA  LLUÇ AL FORN amb enciam i pastanaga  Pa i fruita del temps
DIJOUS	SOPA AMB GALETS  POLLASTRE AL FORN amb enciam i pastanaga  Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB VERDURES  FRICANDÓ DE VEDELLA Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	BROQUIL AMB PATATA  LLOM AMB Salsa DE POMA  Pa i fruita del temps	CREMA DE VERDURES  CROQUETES DE POLLASTRE amb enciam i tomàquet  Pa i fruita del temps	
DIVENDRES	AMANIDA COMPLETA (enciam, tomàquet i pastanaga ratllada) LLENTIES A LA RIOJANA  Pa i iogurt	SOPA DE PISTONS  BACALLÀ AMB SAMFAINA Amb enciam i tomàquet  Pa i iogurt	ARRÒS AMB TOMÀQUET  BUNYOLS DE BACALLÀ Amb enciam i pastanaga  Pa i iogurt	MONGETA VERDA AMB PATATA  POLLASTRE AMB Salsa DE VERDURES  Pa i iogurt	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, llenties i mongetes seques, arròs, pasta, el 33% dels iogurts, la fruita i la verdura i el 25% de carn i pollastre.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat

Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda

Les carns que oferim són de granges de proximitat

**Segueix-nos a les xarxes socials**  
Descobreix cada mes el consell nutricional a [blog.teno.cat](http://blog.teno.cat)



# MENÚ TRITURATS FEBRER 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

ESCOLA BRESSOL VALDORÈIX

	De l'1 al 2 de febrer	Del 5 al 9 de febrer	Del 12 al 16 de febrer	Del 19 al 23 de febrer	Del 26 al 28 de febrer
DILLUNS		SÈMOLA AMB VERDURETES AMB TRUITA  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB TRUITA  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB TRUITA  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB TRUITA  Fruita triturada
DIMARTS		VERDURETES DE TEMPORADA AMB POLLASTRE  Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES TROSSETS DE PEIX BLANC  Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES TROSSETS DE PEIX BLANC  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB POLLASTRE  Fruita triturada
DIMECRES		SÈMOLA AMB VERDURETES TROSSETS DE PEIX BLANC  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB POLLASTRE  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB VEDELLA  Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES TROSSETS DE PEIX BLANC  Fruita triturada
DIJOUS	VERDURETES DE TEMPORADA AMB POLLASTRE  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB VEDELLA  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB VEDELLA  Fruita triturada	VERDURETES DE TEMPORADA AMB POLLASTRE  Fruita triturada	
DIVENDRES	SÈMOLA AMB VERDURETES TROSSETS DE PEIX BLANC  Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES TROSSETS DE PEIX BLANC  Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES TROSSETS DE PEIX BLANC  Fruita triturada	SÈMOLA AMB VERDURETES TROSSETS DE PEIX BLANC  Fruita triturada	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, llenties i mongetes seques, arròs, pasta, el 33% dels iogurts, la fruita i la verdura i el 25% de carn i pollastre.  
Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat  
Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda  
Les carns que oferim són de granges de proximitat

Segueix-nos a les xarxes socials  
Descobreix cada mes el consell nutricional a [blog.teno.cat](http://blog.teno.cat)



## MENÚ SENSE OU FEBRER 2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/001186

ESCOLA BRESSOL VALDOREIX

	De l'1 al 2 de febrer	Del 5 al 9 de febrer	Del 12 al 16 de febrer	Del 19 al 23 de febrer	Del 26 al 28 de febrer
DILLUNS		RAVIOLIS* A LA NAPOLITANA  PEIX PLANXA amb enciam i olives  Pa i fruita del temps	CIGRONS AMB VERDURES  PEIX PLANXA amb enciam i tomàquet  Pa i fruita del temps	LLENTIES ESTOFADES AMB MILL  PEIX PLANXA Amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB TOMÀQUET  PEIX PLANXA Amb enciam i olives  Pa i fruita del temps
DIMARTS		CREMA DE CARBASSA  POLLASTRE AL FORN Amb patates xips  Pa i fruita del temps	ESPIRALS AMB VERDURES  LLENGUADINA AL FORN amb enciam i tomàquet  Pa i fruita del temps	ARRÒS A LA MILANESA  BACALLÀ AL FORN Amb tomàquet al forn  Pa i fruita del temps	CREMA D'ESPINACS AMB FORMATGE POLLASTRE PLANXA Amb enciam i pastanaga  Pa i fruita del temps
DIMECRES		AMANIDA COMPLETA (enciam, tomàquet i pastanaga ratllada) BOTIFARRA* A LA PLANXA Amb mongetes seques Pa i fruita del temps	SOPA DE PASTA  PERNILETS DE POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS Amb enciam i olives Pa i fruita del temps	SOPA D'ESTRELLETES  HAMBURGUESA* DE VEDELLA Amb patata caliu Pa i fruita del temps	MACARRONS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET I CEBA  LLUÇ AL FORN amb enciam i pastanaga Pa i fruita del temps
DIJOUS	SOPA AMB GALETS  POLLASTRE AL FORN amb enciam i pastanaga  Pa i fruita del temps	ARRÒS AMB VERDURES  FRICANDÓ DE VEDELLA Amb enciam i tomàquet Pa i fruita del temps	BROQUIL AMB PATATA  LLOM AMB Salsa DE POMA  Pa i fruita del temps	CREMA DE VERDURES  PEIX PLANXA amb enciam i tomàquet  Pa i fruita del temps	
DIVENDRES	AMANIDA COMPLETA (enciam, tomàquet i pastanaga ratllada) LLENTIES A LA RIOJANA*  Pa i iogurt	SOPA DE PISTONS  BACALLÀ AMB SAMFAINA Amb enciam i tomàquet  Pa i iogurt	ARRÒS AMB TOMÀQUET  PEIX PLANXA Amb enciam i pastanaga  Pa i iogurt	MONGETA VERDA AMB PATATA  POLLASTRE AMB Salsa DE VERDURES  Pa i iogurt	

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: cigrons, llenties i mongetes seques, arròs, pasta, el 33% dels iogurts, la fruita i la verdura i el 25% de carn i pollastre.  
Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat  
Els iogurts són de la cooperativa social La Fageda  
Les carns que oferim són de granges de proximitat

Segueix-nos a les xarxes socials  
Descobreix cada mes el consell nutricional a [blog.teno.cat](http://blog.teno.cat)



## BERENARS A PARTIR DE 9 MESOS 2017-2018

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/01186

ESCOLA BRESSOL DE VALLDOREIX

	SETMANA 1	SETMANA 2	SETMANA 3	SETMANA 4	SETMANA 5
DILLUNS	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI
DIMARTS	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE FORMATGE TENDRE	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE FORMATGE TENDRE	IOGURT AMB CEREALS
DIMECRES	PA AMB XOCOLATA AMB CACAO AL 70%	IOGURT AMB COCA CASOLANA	PA AMB XOCOLATA AMB CACAO AL 70%	IOGURT AMB COCA CASOLANA	PA AMB XOCOLATA AMB CACAO AL 70%
DIJOUS	IOGURT AMB CEREALS	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI	IOGURT AMB CEREALS	FRUITA, PA I TALL DE GALL D'INDI	FRUITA, PA I LLONGANISSA
DIVENDRES	FRUITA, PA I TALL DE FORMATGE TENDRE	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	FRUITA, PA I TALL DE FORMATGE TENDRE	IOGURT AMB FRUITA TALLADA	IOGURT AMB PA DE PESSIC CASOLÀ

## BERENARS FINS A 9 MESOS 2017-18

Menús controlats per dietista-nutricionista col·legiada CAT/01186

ESCOLA BRESSOL DE VALLDOREIX

	SETMANA 1	SETMANA 2	SETMANA 3	SETMANA 4	SETMANA 5
DILLUNS	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT
DIMARTS	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT
DIMECRES	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT
DIJOUS	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O IOGURT SEGONS EDAT
DIVENDRES	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT	FRUITA TRITURADA O A TROSSETS SEGONS EDAT