

Novembre 2025

# MENÚ LA GRANOTA

Dilluns 27

Dimarts 28

Dimecres 29

Dijous 30

Divendres 31

**Dilluns 3**

Brou vegetal amb pasta  
Llom a la planxa  
Amanida de tomàquet  
Fruita de temporada

**Dimarts 4**

Arròs amb tomàquet  
Remenat amb pernil  
Amanida de pastanaga  
logurt natural

**Dimecres 5**

Mongeta tendra fina  
Pasta integral amb bolonyesa  
de llenties  
Fruita de temporada

**Dijous 6**

Crema de carbassa i patata  
Pollastre rostit amb ceba  
i tomàquet  
Amanida d'enciams i blat de moro  
Fruita de temporada

**Divendres 7**

Cigrons guisats  
Lluç al forn amb ceba i carbassó  
Amanida de tomàquet i pastanaga  
logurt natural

**Dilluns 10**

Pasta amb salsa de formatges  
Salmó al forn  
Amanida de tomàquet i cogombre  
Fruita de temporada

**Dimarts 11**

Crema de verdures  
Cigrons estofats amb soja  
texturitzada  
logurt natural

**Dimecres 12**

Sopa de fideus integrals  
Daus de pollastre marinat (pebre  
vermell, all i oli d'oliva)  
Amanida de pastanaga  
Fruita de temporada

**Dijous 13**

Arròs amb verdures  
Remenat d'ou  
Amanida de tomàquet  
Fruita de temporada

**Divendres 14**

Crema de mongetes seques  
Hamburguesa  
Amanida de pastanaga  
logurt natural

**Dilluns 17**

Crema de porro i patata  
Cigrons amb cansalada  
Amanida de tomàquet  
Fruita de temporada

**Dimarts 18**

Arròs tres delícies  
Lluç al forn amb moniato  
logurt natural

**Dimecres 19**

Cuscús amb cigrons, carbassa  
i pastanaga  
Croquetes de pollastre  
Fruita de temporada

**Dijous 20**

Espirals amb salsa de carbassa  
i ceba  
Gall d'indi al forn amb herbes  
Amanida de pastanaga i remolatxa  
Fruita de temporada

**Divendres 21**

Dhal de llenties guisades amb  
curri i llet de coco  
Truita de formatge  
Tomàquet amanit, orenga i olives  
logurt natural

**Dilluns 24**

Crema de cigrons amb pollo  
Pernilets de pollastre amb salsa  
de ceba, poma i taronja  
Fruita de temporada

**Dimarts 25**

Arròs amb salsa de tomàquet  
Salmó al forn  
Amanida de tomàquet,  
cogombre i orenga  
logurt natural

**Dimecres 26**

Pèsols amb patata  
Ous gratinats amb tomàquet i  
formatge  
Amanida de pastanaga  
Fruita de temporada

**Dijous 27**

Sopa de lletres  
Gall d'indi estofat  
Amanida de tomàquet i blat de moro  
Fruita de temporada

**Divendres 28**

Crema de verdures  
Llenties guisades amb arròs  
logurt natural



**La Mariona**<sup>SL</sup>  
Menjador d'Escola  
[www.lamariona.cat](http://www.lamariona.cat)  
867281675

\*\* Opcional amb mel (iogurts)

- Tots els àpats van acompanyats de pa integral
- La cuina es reserva el dret de modificar algun àpat si així ho considera necessari
- Menús supervisats per Núria Duran Martí. Col·legiada Codinucat (Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya) núm CAT000833