Celmiranda S.L.U

MENÚ S/GLUTEN

OCTUBRE 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	**29**	**30**	**1** • Arròs a la cassola amb verdures. • Llonganissa a la planxa amb enciam, panís i olives. (SOJA) • Fruita.	**2** • Crema de carabassó i porro. (LLET, SOJA, SULFITS) • Filet de salmó al forn amb juliana d'hortalisses. (PEIX, SULFITS) • Iogurt natural. (LLET)
5 • Puré de patata gratinat. (LLET, SOJA, SULFITS) • Pit de pollastre a la planxa amb enciam, pastanaga i olives. • Fruita.	**6** • Sopa de brou vegetal i de carn amb pasta sense gluten. (SOJA) • Truita de patata amb tomàquet, endívies i olives. (OU) • Iogurt natural. (LLET)	**7** • Arròs blanc amb salsa de tomàquet i ou dur. (OU) • Filet de Halibut al vapor amb enciam, col i olives. (PEIX) • Fruita.	**8** • Mongeta verda i patata la vapor. • Fricandó de vedella amb salsa de bolets. (SULFITS) • Fruita.	**9** • Cigrons guisats amb verdures i ametlla ratllada. (FRUITS SECS) • Suprema de lluç al vapor amb ceba confitada i daus de carabassó. (PEIX) • Fruita.
12 FESTA 	**13** • Llenties ECO guisades amb nap i pastanaga. • Truita de carabassó amb tomàquet, remolatxa i olives. (OU) • Fruita.	**14** • Espaguetis sense gluten amb bolonyesa vegana. (SOJA) • Filet de gallineta al forn amb enciam, ruca i olives. (PEIX) • Fruita.	**15** • Minestra de verdures. • Mandonguilles d'heura amb enciam i olives. (SOJA, API, SULFITS) • Iogurt natural. (LLET)	**16** • Crema de pastanaga i coliflor. (LLET, SOJA, SULFITS) • Filet de bacallà al vapor amb tomàquet amanit, talls d'espàrrecs i olives. (PEIX) • Fruita.
19 • Mongeta blanca ECO guisada amb xirivia. (SULFITS) • Truita a la francesa amb tomàquet, panís i olives. (OU) • Fruita.	**20** • Crema de verdures. (LLET, SOJA, SULFITS) • Cuixa de pollastre al forn amb carxofes saltejades. • Fruita.	**21** • Arròs blanc amb salsa tomàquet i tonyina. (PEIX) • Filet gall Sant Pere al vapor amb enciam, escarola i olives. (PEIX) • Iogurt natural. (LLET)	**22** • Bledes saltejades amb patata al vapor. • Estofat de gall d'indi amb xampinyons, pèsols i pastanaga. (SULFITS) • Fruita.	**23** • Macarrons sense gluten amb pesto d'alfàbrega. (FRUITS SECS, LLET, CACAHUET) • Filet de salmó al vapor amb enciam, pebrot vermell i olives. (PEIX) • Fruita.
26 • Arròs a la cassola amb bolets i formatge. (LLET, SULFITS) • Filet d'abadejo al vapor amb enciam, espàrrecs i olives. (PEIX) • Fruita	**27** • Cigrons ECO guisats amb col i pastanaga. • Truita d'espinacs amb enciam, tomàquet xerri i olives. (OU) • Fruita.	**28** • Sopa de brou vegetal i peix amb pasta sense gluten. (PEIX, SOJA) • Llom de rap al vapor amb ceba confitada i tomàquet. (PEIX) • Iogurt natural. (LLET)	**29** • Trinxat de bròquil i patata. • Llom a la planxa amb tomàquet amanit, ruca i olives. • Fruita.	**30** FESTA

Benvinguts al menjador escolar!

Notes

Arriba l'octubre i el menú es vesteix de misteri! Aquest mes les carabasses conquereixen el plat: no només serveixen per fer pors, també ens donen superpoders per no agafar ni un refredat. Les verdures de temporada les podem fer cruixents o en crema calenta i els peixos variats d'aquest menú t'aportaran una valentia llegendària. Menjar sa serà la millor aventura abans de la Castanyada i el Halloween. Fes-li una bona mossegada a la tardor!

Santa Maria, 19
25660 - Alcoletge
@celmirandaSLU
@celmiranda_
973 196 225 (oficines)
609 183 845 (direcció)
celmirandaslu@gmail.com

*Tots els nostres menús són revisats per la nostra Dietista-Nutricionista Roser Ortiz Villorbina, Núm. Col.: CAT1193, d'acord amb el Reial Decret 315/2025, del 15 d'abril per al foment de l'alimentació saludable i sostenible en centres educatius.