

INSTITUT MENÉNDEZ Y  
PELAYO

ESTÀNDARD



Comertel  
alimentació col·lectiva

GENER

2018

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

- 8
- ARRÒS AMB VERDURETES
  - TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
  - IOGURT

- 9
- CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
  - MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SALSA JARDINERA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 10
- CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS
  - POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 11
- MACARRONS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET CASOLÀ
  - FILET DE LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 12
- PATATES ESTOFADES AMB SÍPIA
  - ESCALOPE DE PORC AMB AMANIDA
  - IOGURT

- 15
- ESPIRALS A LA BOLONYESA
  - CROQUETES DE PERNIL AMB AMANIDA
  - IOGURT

- 16
- LLENTIES ESTOFADES AMB "XORIÇO"
  - CONTRACUIXA A LA LLIMONA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 17
- AMANIDA ALEMANA
  - COSTELLETES DE PORC AL FORN AMB SALSA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 18
- VERDURA SALTEJADA AMB PERNIL
  - CUETES DE RAP AMB SALSA VERDA
  - IOGURT

- 19
- ARRÒS AMB TOMÀQUET
  - TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 22
- CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
  - HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 23
- ESPAGUETTI AMB TOMÀQUET GRATINATS
  - CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA
  - IOGURT

- 24
- MONGETA VERDA AMB PATATA
  - LLIBRETS DE LLOM AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 25
- ARRÒS MAR I MONTANYA
  - PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB PATATA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 26
- RAVIOLIS DE CARN AMB SALSA DE FORMATGE
  - LLOM ROSTIT AMB SALSA DE XAMPINYONS
  - IOGURT

- 29
- CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS
  - BOTIFARRA A LA PLANXA AMB PATATES
  - IOGURT

- 30
- MACARRONS A LA CARBONARA
  - BUNYOLS DE BACALLÀ AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 31
- SOPA D'AU
  - LLUÇ AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

8

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- CARN O POLLASTRE
- FRUITA O LÀCTIC

9

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- PEIX O POLLASTRE
- FRUITA O LÀCTIC

10

- PASTA (EN SOPA O AMB SALSAS)
- CARN O PEIX
- FRUITA O LÀCTIC

11

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- CARN O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

12

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- POLLASTRE O PEIX
- FRUITA O LÀCTIC

15

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- PEIX O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

16

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- CARN O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

17

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- PEIX O POLLASTRE
- FRUITA O LÀCTIC

18

- PASTA (EN SOPA O AMB SALSAS)
- POLLASTRE O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

19

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- CARN O PEIX
- FRUITA O LÀCTIC

22

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- POLLASTRE O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

23

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- CARN O POLLASTRE
- FRUITA O LÀCTIC

24

- PASTA (EN SOPA O AMB SALSAS)
- POLLASTRE O PEIX
- FRUITA O LÀCTIC

25

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- CARN O PEIX
- FRUITA O LÀCTIC

26

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- PEIX O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

29

- PASTA (EN SOPA O AMB SALSAS)
- POLLASTRE O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

30

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- CARN O POLLASTRE
- FRUITA O LÀCTIC

31

- VERDURA (BULLIDA O EN PURÉ)
- OUS O CARN
- FRUITA O LÀCTIC

INSTITUT MENÉNDEZ Y PELAYO

SENSE LLEGUM

  
**Comertel**  
alimentació col·lectiva

GENER

2018

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

- 8
- ARRÒS AMB VERDURETES (SENSE PÈSOLS)
  - TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
  - IOGURT

- 9
- VERDURES ESTOFADES
  - FILET DE VEDELLA AMB SALSÀ JARDINERA (SENSE PÈSOLS)
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 10
- CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS
  - POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 11
- MACARRONS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET CASOLÀ
  - FILET DE LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 12
- PATATES ESTOFADES AMB SÍPIA (SENSE PÈSOLS)
  - ESCALOPE DE PORC AMB AMANIDA
  - IOGURT

- 15
- ESPIRALS AMB TOMÀQUET
  - LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA
  - IOGURT

- 16
- VERDURES ESTOFADES
  - CONTRACUIXA A LA LLIMONA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 17
- AMANIDA ALEMANA
  - COSTELLETES DE PORC AL FORN AMB SALSÀ
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 18
- VERDURA SALTEJADA AMB PERNIL
  - CUETES DE RAP AMB SALSÀ VERDA
  - IOGURT

- 19
- ARRÒS AMB TOMÀQUET
  - TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 22
- VERDURES ESTOFADES
  - FILET DE VEDELLA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 23
- ESPAGUETTI AMB TOMÀQUET GRATINATS
  - PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA
  - IOGURT

- 24
- MONGETA VERDA AMB PATATA
  - LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 25
- ARRÒS MAR I MONTANYA (SENSE PÈSOLS)
  - PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB PATATA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 26
- PASTA AMB TOMÀQUET
  - LLOM ROSTIT AMB SALSÀ DE XAMPINYONS
  - IOGURT

- 29
- CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS
  - BOTIFARRA A LA PLANXA AMB PATATES
  - IOGURT

- 30
- MACARRONS AMB TOMÀQUET
  - PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA

- 31
- SOPA D'AU
  - LLUÇ AMB AMANIDA
  - FRUITA DE TEMPORADA



INSTITUT MENÉNDEZ Y  
PELAYO

SENSE LACTOSA

  
**Comertel**  
alimentació col·lectiva

GENER

2018

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

8

- ARRÒS AMB VERDURETES
- TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
- IOGURT DE SOJA

9

- CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
- FILET DE VEDELLA AMB SALSÀ JARDINERA
- FRUITA DE TEMPORADA

10

- CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS (SENSE LACTOSA)
- POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

11

- MACARRONS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET CASOLÀ
- FILET DE LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

12

- PATATES ESTOFADES AMB SÍPIA
- ESCALOPA DE PORC AMB AMANIDA
- IOGURT DE SOJA

15

- ESPIRALS AMB TOMÀQUET
- LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA
- IOGURT DE SOJA

16

- LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
- CONTRACUIXA A LA LLIMONA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

17

- AMANIDA ALEMANA
- COSTELLETES DE PORC AL FORN AMB SALSÀ
- FRUITA DE TEMPORADA

18

- VERDURA SALTEJADA AMB CEBÀ
- CUETES DE RAP AMB SALSÀ VERDA
- IOGURT DE SOJA

19

- ARRÒS AMB TOMÀQUET
- TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

22

- CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
- FILET DE VEDELLA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

23

- ESPAGUETTI AMB TOMÀQUET
- PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA
- IOGURT DE SOJA

24

- MONGETA VERDA AMB PATATA
- LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

25

- ARRÒS MAR I MONTANYA
- PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB PATATA
- FRUITA DE TEMPORADA

26

- PASTA AMB TOMÀQUET
- LLOM ROSTIT AMB SALSÀ DE XAMPINYONS
- IOGURT DE SOJA

29

- CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS (SENSE LACTOSA)
- LLOM A LA PLANXA AMB PATATES
- IOGURT DE SOJA

30

- MACARRONS AMB TOMÀQUET
- PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

31

- SOPA D'AU
- LLUÇ AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA



www.comertel.es

MENÚ REALITZAT PER  
CLARA SÁNCHEZ-HIDALGO  
NUTRICIONISTA - DIETISTA