

INSTITUT MENÉNDEZ Y
PELAYO

ESTANDARD



GENER

2019

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

- LLENTIES ESTOFADES AMB CARN
- CROQUETS AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- PAELLA MIXTA
- LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA DE L'HORT
- FRUITA ECOLÒGICA

- MENESTRA DE VERDURES
- CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA LLIMONA
- IOGURT

- ESPAGUETTI AMB TOMÀQUET
- LLONGANISSA A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

712 KCAL

- ARRÒS A LA MILANESA
- CUETES DE RAP AL FORN AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- SALTEJAT DE VERDURES ECOLÒGIQUES
- PERNILETS DE POLLASTRE AMB XIPS
- IOGURT

- FIDEUÀ
- OUS DURS GRATINATS AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
- MAGRA A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- ESTOFAT DE PATATA
- GALL DINDI AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

685 KCAL

- ESCUDELLA CATALANA
- LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA
- IOGURT

- LLENTIES ESTOFADES
- BOTIFARRA AL FORN AMB Ceba Lionesa
- FRUITA DE TEMPORADA

- AMANIDA PIAMONTESA
- PIZZA
- FRUITA DE TEMPORADA

JORNADA ITALIANA

- CREMA DE VERDURES ECOLÒGIQUES
- POLLASTRE AL FORN AMB PATATES
- FRUITA DE TEMPORADA

- AMANIDA D'ARRÒS
- LLUÇ AL FORN AMB VERDURES
- MACEDÒNIA

736 KCAL

- CREMA DE VERDURES AMB PA TORRAT
- HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB FORMATGE I AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- MACARRONS A LA NAPOLITANA
- GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA
- IOGURT

- CIGRONS ECOLÒGICS AMB OU DUR I TOMÀQUET
- ESCALOPE DE POLLASTRE AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- CANELONS CASOLANS
- CAÇÓ AL FORN AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

701 KCAL



PRODUCTE
ECOLÒGIC



PRODUCTE
DE PROXIMITAT

MENÚ REALITZAT PER
CLARA SÁNCHEZ-HIDALGO
NUTRICIONISTA - DIETISTA



www.comertel.es

INSTITUT MENÉNDEZ Y
PELAYO

SOPAR



GENER

2019

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

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

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

- PASTA (SOPA O AMB Salsa)
- CARN O PEIX
- FRUITA O LÀCTIC

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

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

- PASTA (SOPA O AMB Salsa)
- CARN O PEIX
- FRUITA O LÀCTIC

- AMANIDA
- PEIX O POLLASTRE
- FRUITA O LÀCTIC

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

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

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

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

- AMANIDA
- CARN O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

- PASTA (SOPA O AMB Salsa)
- PEIX O OUS
- FRUITA O LÀCTIC

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

- PASTA (SOPA O AMB Salsa)
- PEIX O POLLASTRE
- FRUITA O LÀCTIC

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

- AMANIDA
- CARN O PEIX
- FRUITA O LÀCTIC

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



PRODUCTE
ECOLÒGIC



PRODUCTE
DE PROXIMITAT

MENÚ REALITZAT PER
CLARA SÁNCHEZ-HIDALGO
NUTRICIONISTA - DIETISTA



www.comertel.es

INSTITUT MENÉNDEZ Y
PELAYO

SENSE LACTOSA

Comertel
alimentació col·lectiva

GENER

2019

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

- LLENTIES ESTOFADES AMB CARN
- LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- PAELLA MIXTA
- LLUÇ A LA ROMANA AMB AMANIDA DE L'HORT
- FRUITA ECOLÒGICA

- MENESTRA DE VERDURES
- CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA LLIMONA
- IOGURT DE SOJA

- ESPAGUETTI AMB TOMÀQUET
- LLONGANISSA A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- ARRÒS A LA MILANESA
- CUETES DE RAP AL FORN AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- SALTEJAT DE VERDURES ECOLÒGIQUES
- PERNILETS DE POLLASTRE AMB XIPS
- IOGURT DE SOJA

- FIDEUÀ
- OUS DURS AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
- MAGRA A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- ESTOFAT DE PATATA
- GALL DINDI AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- ESCUDELLA CATALANA
- LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA
- IOGURT DE SOJA

- LLENTIES ESTOFADES
- BOTIFARRA AL FORN AMB Ceba LIONESA
- FRUITA DE TEMPORADA

- JORNADA ITALIANA**
- AMANIDA PIAMONTESA
 - PIZZA (FET AMB PA I SENSE FORMATGE)
 - FRUITA DE TEMPORADA

- CREMA DE VERDURES ECOLÒGIQUES (SENSE LACTOSA)
- POLLASTRE AL FORN AMB PATATES
- FRUITA DE TEMPORADA

- AMANIDA D'ARRÒS
- LLUÇ AL FORN AMB VERDURES
- MACEDÒNIA

- CREMA DE VERDURES AMB PA TORRAT (SENSE LACTOSA)
- HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- MACARRONS A LA NAPOLITANA
- GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA
- IOGURT DE SOJA

- CIGRONS ECOLÒGICS AMB OU DUR I TOMÀQUET
- ESCALOPE DE POLLASTRE AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- PASTA AMB VERDURES
- CAÇÓ AL FORN AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA



PRODUCTE
ECOLÒGIC



PRODUCTE
DE PROXIMITAT

MENÚ REALITZAT PER
CLARA SÁNCHEZ-HIDALGO
NUTRICIONISTA - DIETISTA



www.comertel.es

INSTITUT MENÉNDEZ Y
PELAYO

SENSE GLUTEN



GENER

2019

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

- LLENTIES ESTOFADES AMB CARN
- LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- PAELLA MIXTA
- LLUÇ A LA ROMANA (AMB FARINA DE BLAT DE MORO) AMB AMANIDA DE L'HORT
- FRUITA ECOLÒGICA

- MENESTRA DE VERDURES
- CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA LLIMONA
- IOGURT

- ESPAGUETTI SENSE GLUTEN AMB TOMÀQUET
- LLONGANISSA A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- ARRÒS A LA MILANESA
- CUETES DE RAP AL FORN AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- SALTEJAT DE VERDURES ECOLÒGIQUES
- PERNILETS DE POLLASTRE AMB XIPS
- IOGURT

- FIDEUÀ SENSE GLUTEN
- OUS DURS GRATINATS AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
- MAGRA A LA PLANXA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- ESTOFAT DE PATATA
- GALL DINDI AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- ESCUDELLA CATALANA (PASTA SENSE GLUTEN)
- LLOM ARREBOSSAT (AMB FARINA DE BLAT DE MORO) AMB AMANIDA
- IOGURT

- LLENTIES ESTOFADES
- BOTIFARRA AL FORN AMB Ceba LIONESA
- FRUITA DE TEMPORADA

JORNADA ITALIANA

- AMANIDA PIAMONTESA
- PIZZA (AMB PA SENSE GLUTEN)
- FRUITA DE TEMPORADA

- CREMA DE VERDURES ECOLÒGIQUES
- POLLASTRE AL FORN AMB PATATES
- FRUITA DE TEMPORADA

- AMANIDA D'ARRÒS
- LLUÇ AL FORN AMB VERDURES
- MACEDÒNIA

- CREMA DE VERDURES
- HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB FORMATGE I AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- MACARRONS SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA
- GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA
- IOGURT

- CIGRONS ECOLÒGICS AMB OU DUR I TOMÀQUET
- ESCALOPA DE POLLASTRE (AMB FARINA DE BLAT DE MORO) AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- PASTA SENSE GLUTEN AMB VERDURES
- CAÇÓ AL FORN AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA



PRODUCTE
ECOLÒGIC



PRODUCTE
DE PROXIMITAT

MENÚ REALITZAT PER
CLARA SÁNCHEZ-HIDALGO
NUTRICIONISTA - DIETISTA



www.comertel.es

INSTITUT MENÉNDEZ Y
PELAYO

OVO-LÀCTEO-VEGETARIÀ


Comertel
alimentació col·lectiva

GENER

2019

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

- AMANIDA DE TOMÀQUET AMB FORMATGE
- LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
- FRUITA DE TEMPORADA

- PAELLA DE VERDURES
- TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
- FRUITA ECOLÒGICA

- MENESTRA DE VERDURES
- AMANIDA DE LLEGUMS
- IOGURT

- AMANIDA COMPLETA
- ESPAGUETTI AMB TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA

- AMANIDA AMB FORMATGE
- ARRÒS AMB TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA

- SALTEJAT DE VERDURES ECOLÒGIQUES
- AMANIDA DE LLEGUMS
- IOGURT

- FIDEUS AMB VERDURES
- OUS DURS GRATINATS AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- AMANIDA COMPLETA
- CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
- FRUITA DE TEMPORADA

- ESTOFAT DE PATATA
- TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- SOPA DE VERDURES
- FORMATGE FRESC AMB AMANIDA
- IOGURT

- VERDURES AL FORN
- LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
- FRUITA DE TEMPORADA

- JORNADA ITALIANA**
- AMANIDA PIAMONTESA
 - PIZZA VEGETAL
 - FRUITA DE TEMPORADA

- CREMA DE VERDURES ECOLÒGIQUES
- TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
- FRUITA DE TEMPORADA

- CREMA DE VERDURES
- AMANIDA D'ARRÒS
- MACEDÒNIA

- CREMA DE VERDURES AMB PA TORRAT
- AMANIDA DE TOMÀQUET AMB FORMATGE
- FRUITA DE TEMPORADA

- MACARRONS A LA NAPOLITANA
- TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
- IOGURT

- AMANIDA COMPLETA
- CIGRONS ECOLÒGICS AMB OU DUR I TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA

- CREMA DE VERDURES
- PASTA AMB VERDURES
- FRUITA DE TEMPORADA



PRODUCTE
ECOLÒGIC



PRODUCTE
DE PROXIMITAT

MENÚ REALITZAT PER
CLARA SÁNCHEZ-HIDALGO
NUTRICIONISTA - DIETISTA



www.comertel.es