



menús setembre 2026

magrana cuines, sl RSIPAC 2607002/CA

menús revisats per la dietista-nutricionista col. número 3175

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
14 · amanida de pasta (blat de moro, olives, pastanaga i tomàquet i maionesa) · lluç al forn amb verdures · iogurt de maduixa de la torre conté gluten, peix i lactosa	15 · crema de carbassa i porro amb crispetes · pollastre al forn amb amanida de tomàquet i ceba tendra · fruita de la temporada no conté al·lèrgens	16 · patata amb mongeta tendra i pèsols · croquetes de rostit amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) · fruita de la temporada conté llegum, gluten, lactosa i api	17 · arròs amb salsa de remolatxa · hamburguesa mixta amb enciam i cogombre · fruita de la temporada conté sulfits	18 · cigrons amb bledes · truita de d'albergínia i ceba amb amanida de tomàquet, ceba tendra i olives · fruita de la temporada conté llegum i ou
verdures brasa/ llegums/ fruita	verdures/ hamburguesa// compota	crema verdures del temps/ ous/ fruita	llegums amb verdures/ iogurt de cabra	escudella/ peix blau petit i verdura/ fruita
21 · arròs saltejat amb bacó, pèsols i pastanaga · salsitxa de pollastre amb samfaina · fruita de la temporada conté llegum i sulfits	22 · llenties estofades amb verdures · truita de patata i ceba amb amanida (enciam, cogombre i pastanaga) · fruita de la temporada conté llegum i ou	23 · patates aixafades amb bledes · hamburguesa de quinoa i amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) · iogurt natural de la torre conté gluten, soja i lactosa	24 · crema de coliflor i xirivia · pollastre al forn amb verdures, cigrons i cuscús · fruita de la temporada conté llegum i gluten	25 · pasta amb salsa de tomàquet · maires a l'andalusa amb amanida (enciam, rúcula poma i nous) · fruita de la temporada conté gluten, peix i fruits secs
verdura/ tofu/ fruita del temps	verdura i patata/ peix/ fruita del temps	llegum/ arròs integral i verdures/ iogurt	verdures amb patata/peix blau/ compota	pa amb tomàquet amb truita/ fruita
28 · crema de carbassó amb crostons · raves de calamar amb amanida (enciam, cirerols i cogombre) · flam de vainilla de la torre conté gluten, peix i lactosa	29 · mongetes estofades amb verdures · mandonguilles amb salsa · fruita de la temporada conté llegum, sulfits i ou	30 · pasta a la napolitana · aletes de pollastre amb amanida (enciam, rúcula i poma) · fruita de la temporada conté gluten		
patata i verdura/ pollastre i amanida/ fruita	sopa de pasta/ peix blanc/ amanida			

Es tenen en compte els criteris de sostenibilitat, proximitat i temporada

- el iogurt és de la marca "La Torre", productor de la comarca.
- totes les verdures i fruites són fresques, excepte el tomàquet de les salses, els pèsols i el blat de moro
- tota la carn és fresca, excepte les croquetes.
- el peix blanc incorporat és de pesca sostenible (lluç, maires, i bacallà congelat)
- s'utilitza oli d'OVE ecològic per amanir en cru, oli d'oliva per cuinar i oli de gira-sol alt oleic per fregir
- tots els menús van acompanyats de pa (conté gluten), la ració és de 30g.
- en el menú hi ha especificats els al·lèrgens i una proposta de sopars

*des de magrana ens reservem el dret a modificar el menú, en cas que fos necessari