Dovella
Serveis Escolars S.L.U.

Els menús són elaborats amb productes frescos, de proximitat i de temporada. La fruita i verdura, els ous, la vedella, les llenties, els cigrons, les mongetes del ganxet, l'arròs, la pasta, l'oli OVE, la sal, el seità i el iogurt són ecològics. El pa és de farina integral i ecològica. Els menús han estat elaborats amb l'ajuda de Gabor Smit, dietista i nutricionista.

1 GLUTEN · 2 CRUSTACIS · 3 OUS · 4 PEIX · 5 CACAUETS · 6 SOJA · 7 LLET · 8 FRUITA SECA · 9 MOSTASSA · 10 SÈSAM · 11 SULFITS · 12 API · 13 MOL·LUSCS · 14 TRAMUSSOS

Novembre 2026 · Ovolacteovegetarià

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba amb formatge [1,7] Truita de pastanaga i ceba, enciam i remolatxa [3] Fruita del temps	**3** Arròs integral amb verdures (porro, pastanaga i bròcoli) Mandonguilles casolanes vegetals a la jardinera Fruita del temps	**4** Cigrons estofats amb verdures Seità en tempura i enciam i nap ratllat [1,6] Iogurt natural [7]	**5** Verdura de temporada amb patates Estofat de mongetes amb ceba i pastanaga Fruita del temps	**6** Crema carbassa amb llenties vermelles Espirals integrals amb pesto de bròquil i alfàbrega [1] Fruita del temps
9 Crema de verdures de temporada Llenties amb arròs i verdures Fruita del temps	**10** Verdura de temporada amb patates Hamburguesa casolana de llegums amb enciam i olives Fruita del temps	**11** Sopa de verdures amb galets [1,12] Trinxat de verdures i cigrons Fruita del temps	**12** Espaguetis amb sofregit de tomàquet i ceba amb formatge[1,7] Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga [10] Iogurt natural [7]	**13** Arròs tres delícies amb pèsols, pastanaga i ceba Truita de formatge amb enciam i remolatxa [3,7] Fruita del temps
16 Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba [1] Hummus de mongetes amb bastonets de pastanaga [10] Fruita del temps	**17** Cigrons guisats amb verdures Cuscús amb porro, moniato i coliflor [1] Fruita del temps	**18** Estofat de patata i moniato Llenties saltades amb arròs i verdures Fruita del temps	**19** Verdura de temporada amb patates Truita a la francesa amb enciam i olives [3] Iogurt natural [7]	**20** Crema de carbassa i ceba Arròs a la cassola amb mongetes i verdures Fruita del temps
23 Llenties guisades amb verdures Fricandó de seità amb bolets [1,6] Fruita del temps	**24** Crema de verdures de tardor amb mill Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga [10] Iogurt natural [7]	**25** Arròs integral amb tomàquet Truita de pastanaga i ceba amb pastanaga i ceba. enciam i olives [3] Fruita del temps	**26** Verdura de temporada amb patates Hamburguesa casolana de llegums amb enciam i nap ratllat Fruita del temps	**27** Sopa vegetal amb fideus de cabell d'àngel [1,12] Falafels de cigrons amb enciam i remolatxa Fruita del temps
30 Crema de carbassa Fideuà amb verdures i mongetes [1,2,4] Fruita del temps				