

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

Basal

Desembre 2025

ESCOLAR
Dinar



■ Festiu
■ 100% Vegetal
■ Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb fideus Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada Pabanc Kcal. 860 h.c. 83,1 lip. 44,6 p. 30,9	2 Arròs tres delícies Cua de rap arrebossada amb enciam i tomàquet iogurt natural Pabanc Kcal. 998 h.c. 89,0 lip. 43,1 p. 63,4	3 Seques amb hortalisses Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 971 h.c. 94,3 lip. 45,2 p. 38,6	4 Coliflor gratinada Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 694 h.c. 53,1 lip. 34,4 p. 41,8	5 Festiu Kcal. 734 h.c. 88,6 lip. 27,6 p. 31,8
8 Festiu	9 Purè de llegum Pizza margarida casolana Fruita de temporada Pabanc Kcal. 995 h.c. 148,8 lip. 21,8 p. 44,8	10 Mongeta verda amb patata Pollastre al forn amb canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabanc Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó i ceba amb enciam i olives Fruita de temporada Pabanc Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	12 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pernil amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabanc Kcal. 741 h.c. 96,9 lip. 33,2 p. 13,8
15 Crema de carbassa Estofat d'au amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabanc Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	16 Macarrons amb salsa de formatge Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabanc Kcal. 847 h.c. 92,1 lip. 35,6 p. 38,8	17 Paella de verdures Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	18 Llenties guisades Salsitxes a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 847 h.c. 81,3 lip. 42,1 p. 32,9	19 Sopa de nadal Pollastre al forn amb salsa de prunes Neules i torrons Pabanc Kcal. 653 h.c. 78,3 lip. 24,4 p. 27,6
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No carn

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Truita de patata amb patates fregides Fruita de temporada Pabloc	2 Arròs saltejat a l'estil xinès Cua de rap arrebossada amb enciam i tomàquet logurt natural Pabloc	3 Seques estofades Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	4 Coliflor gratinada Lluç al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	5 Festiu
Kcal. 981 h.c. 98,2 lip. 54,5 p. 23,5	Kcal. 614 h.c. 33,8 lip. 29,9 p. 53,4	Kcal. 971 h.c. 94,3 lip. 45,2 p. 38,6	Kcal. 552 h.c. 53,0 lip. 22,5 p. 33,0	Kcal. 782 h.c. 84,5 lip. 38,0 p. 25,1
8 Festiu	9 Purè de llenties Pizza margarida casolana Fruita de temporada Pabloc	10 Mongeta verda amb patata Rapa a l'andalusa al·lèrgies amb enciam i poma Fruita de temporada Pabloc	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabloc	12 Arròs amb tomàquet Croquetes d'espínacs amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabloc
Kcal. 995 h.c. 148,8 lip. 21,8 p. 44,8	Kcal. 440 h.c. 53,6 lip. 19,9 p. 10,4	Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	Kcal. 836 h.c. 99,1 lip. 41,5 p. 14,2	
15 Purè de carbassa Truita francesa amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabloc	16 Macarrons amb salsa de formatge Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabloc	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	18 Llenties amb hortalisses Lluç al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	19 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Neules i torrons Pabloc
Kcal. 486 h.c. 49,4 lip. 24,2 p. 18,6	Kcal. 847 h.c. 92,1 lip. 35,6 p. 38,8	Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	Kcal. 632 h.c. 77,8 lip. 18,8 p. 35,0	Kcal. 768 h.c. 73,4 lip. 40,9 p. 25,6
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No fruits secs, gluten

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb pasta sense gluten Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 860 h.c. 86,1 lip. 44,6 p. 26,7	2 Arròs tres delícies <u>Rap a l'andalusà al·lèrgies</u> amb enciam i tomàquet iogurt natural <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 624 h.c. 84,6 lip. 24,0 p. 15,6	3 Seques estofades Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 975 h.c. 96,5 lip. 45,2 p. 35,8	4 Coliflor amb patata al vapor Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 696 h.c. 54,1 lip. 38,2 p. 31,2	5 Festiu Kcal. 762 h.c. 98,0 lip. 28,8 p. 25,2
8 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	9 Purè de cigrons <u>Pizza de formatge al·lèrgies</u> Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 556 h.c. 55,8 lip. 26,1 p. 21,6	11 <u>Espirals amb verdures al·lèrgies</u> Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 780 h.c. 96,4 lip. 34,1 p. 19,3	12 Arròs amb tomàquet <u>Llom arrebossat al·lèrgies</u> amb enciam i brots de soja Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 780 h.c. 89,8 lip. 34,9 p. 25,9
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 499 h.c. 56,8 lip. 17,6 p. 26,4	16 <u>Macarrons amb salsa de formatge al·lèrgies</u> Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 839 h.c. 96,1 lip. 35,6 p. 32,0	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 999 h.c. 114,7 lip. 48,7 p. 22,8	18 <u>Seques estofades</u> Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 921 h.c. 91,2 lip. 43,8 p. 31,3	19 <u>Sopa d'au amb pasta sense gluten</u> Pollastre al forn amb enciam i tomàquet <u>Galleta cacau al·lèrgies</u> <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 413 h.c. 42,0 lip. 17,0 p. 22,1
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No fruits secs, llet i derivats,
vedella

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb fideus <u>Llom a la planxa</u> amb patates fregides Fruita de temporada Pabloc	2 Arròs tres delícies <u>Rap a l'andalusa al·lèrgies</u> amb enciam i tomàquet <u>Fruita de temporada</u> Pabloc	3 Seques estofades <u>Truita francesa</u> amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	4 Coliflor amb patata al vapor Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	5 Festiu
Kcal. 721 h.c. 83,1 lip. 37,1 p. 13,1	Kcal. 592 h.c. 88,7 lip. 20,1 p. 14,7	Kcal. 916 h.c. 94,0 lip. 40,5 p. 35,7	Kcal. 692 h.c. 51,9 lip. 38,2 p. 34,0	Kcal. 782 h.c. 84,5 lip. 38,0 p. 25,1
8 Festiu	9 Purè de llenties <u>Pizza de pernil cuit sense gluten</u> Fruita de temporada Pabloc	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabloc	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabloc	12 Arròs amb tomàquet <u>Llom arrebossat al·lèrgies</u> amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabloc
	Kcal. 563 h.c. 95,1 lip. 5,6 p. 28,4	Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	Kcal. 776 h.c. 87,6 lip. 34,9 p. 28,7
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabloc	16 <u>Macarrons amb tomàquet</u> Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabloc	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	18 Llenties amb hortalisses Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	19 Sopa d'au amb galets <u>Pollastre al forn</u> amb enciam i tomàquet <u>Galeta cacau al·lèrgies</u> Pabloc
Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	Kcal. 781 h.c. 87,7 lip. 31,8 p. 35,0	Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	Kcal. 847 h.c. 81,3 lip. 42,1 p. 32,9	Kcal. 413 h.c. 39,0 lip. 17,0 p. 26,3
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No fruits secs

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



■ Festiu
■ 100% Vegetal
■ Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb fideus Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada Pabanc Kcal. 860 h.c. 83,1 lip. 44,6 p. 30,9	2 Arròs tres delícies <u>Rap a l'andalusa al·lèrgies</u> amb enciam i tomàquet iogurt natural Pabanc Kcal. 620 h.c. 82,4 lip. 24,0 p. 18,4	3 Seques estofades Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 971 h.c. 94,3 lip. 45,2 p. 38,6	4 Coliflor gratinada Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 694 h.c. 53,1 lip. 34,4 p. 41,8	5 Festiu Kcal. 734 h.c. 88,6 lip. 27,6 p. 31,8
8 Festiu	9 Purè de llenties Pizza margarida casolana Fruita de temporada Pabanc Kcal. 995 h.c. 148,8 lip. 21,8 p. 44,8	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabanc Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabanc Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	12 Arròs amb tomàquet <u>Llom arrebossat al·lèrgies</u> amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabanc Kcal. 776 h.c. 87,6 lip. 34,9 p. 28,7
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabanc Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	16 Macarrons amb salsa de formatge Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabanc Kcal. 847 h.c. 92,1 lip. 35,6 p. 38,8	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	18 Llenties amb hortalisses Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 847 h.c. 81,3 lip. 42,1 p. 32,9	19 Sopa d'au amb galets Pollastre al forn amb enciam i tomàquet <u>Galeta cacau al·lèrgies</u> Pabanc Kcal. 413 h.c. 39,0 lip. 17,0 p. 26,3
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb pasta sense gluten Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 860 h.c. 86,1 lip. 44,6 p. 26,7	2 Arròs tres delícies <u>Rap a l'andalusà al·lèrgies</u> amb enciam i tomàquet iogurt natural <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 624 h.c. 84,6 lip. 24,0 p. 15,6	3 Seques estofades Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 975 h.c. 96,5 lip. 45,2 p. 35,8	4 Coliflor amb patata al vapor Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 696 h.c. 54,1 lip. 38,2 p. 31,2	5 Festiu Kcal. 762 h.c. 98,0 lip. 28,8 p. 25,2
8 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	9 Purè de cigrons <u>Pizza de formatge al·lèrgies</u> Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 556 h.c. 55,8 lip. 26,1 p. 21,6	11 <u>Espirals amb verdures al·lèrgies</u> Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 780 h.c. 96,4 lip. 34,1 p. 19,3	12 Arròs amb tomàquet <u>Llom arrebossat al·lèrgies</u> amb enciam i brots de soja Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 780 h.c. 89,8 lip. 34,9 p. 25,9
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 499 h.c. 56,8 lip. 17,6 p. 26,4	16 <u>Macarrons amb salsa de formatge al·lèrgies</u> Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 839 h.c. 96,1 lip. 35,6 p. 32,0	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 999 h.c. 114,7 lip. 48,7 p. 22,8	18 <u>Seques estofades</u> Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 921 h.c. 91,2 lip. 43,8 p. 31,3	19 <u>Sopa d'au amb pasta sense gluten</u> Pollastre amb prunes <u>Galleta cacau al·lèrgies</u> <u>Pa sense gluten</u> Kcal. 404 h.c. 52,6 lip. 12,4 p. 18,4
22 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	23 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	24 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	25 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	26 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3
29 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	30 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3	31 Festiu Kcal. 1167 h.c. 176,0 lip. 28,2 p. 40,3		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No llegums secs

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



■ Festiu
■ 100% Vegetal
■ Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb fideus Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada Pabanc Kcal. 860 h.c. 83,1 lip. 44,6 p. 30,9	2 Arròs tres delícies Cua de rap arrebossada amb enciam i tomàquet iogurt natural Pabanc Kcal. 998 h.c. 89,0 lip. 43,1 p. 63,4	3 Crema de verdura Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 796 h.c. 71,6 lip. 44,7 p. 25,4	4 Coliflor gratinada Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 694 h.c. 53,1 lip. 34,4 p. 41,8	5 Festiu Kcal. 734 h.c. 88,6 lip. 27,6 p. 31,8
8 Festiu	9 Crema de verdura Pizza margarida casolana Fruita de temporada Pabanc Kcal. 787 h.c. 115,2 lip. 24,0 p. 25,4	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabanc Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabanc Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	12 Arròs amb tomàquet Llom arrebossat al·lèrgies amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabanc Kcal. 776 h.c. 87,6 lip. 34,9 p. 28,7
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabanc Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	16 Macarrons amb salsa de formatge Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabanc Kcal. 847 h.c. 92,1 lip. 35,6 p. 38,8	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	18 Espinacs amb patata Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 734 h.c. 49,8 lip. 48,2 p. 23,8	19 Sopa d'au amb galets Pollastre amb prunes Neules i torrons Pabanc Kcal. 653 h.c. 78,3 lip. 24,4 p. 27,6
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No llet i derivats

Desembre 2025

ESCOLAR
Dinar



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb fideus <u>Llom a la planxa</u> amb patates fregides Fruita de temporada Pabloc	2 Arròs tres delícies Cua de rap arrebossada amb enciam i tomàquet <u>Fruita de temporada</u> Pabloc	3 Seques estofades <u>Truita francesa</u> amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	4 Coliflor amb patata al vapor Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	5 Festiu
Kcal. 721 h.c. 83,1 lip. 37,1 p. 13,1	Kcal. 970 h.c. 95,3 lip. 39,2 p. 59,7	Kcal. 916 h.c. 94,0 lip. 40,5 p. 35,7	Kcal. 692 h.c. 51,9 lip. 38,2 p. 34,0	Kcal. 734 h.c. 88,6 lip. 27,6 p. 31,8
8 Festiu	9 Purè de llenties <u>Pizza de pernil cuit sense gluten</u> Fruita de temporada Pabloc	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabloc	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabloc	12 Arròs amb tomàquet <u>Llom arrebossat a l'èrgies</u> amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabloc
Kcal. 563 h.c. 95,1 lip. 5,6 p. 28,4	Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	Kcal. 776 h.c. 87,6 lip. 34,9 p. 28,7	
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabloc	16 <u>Macarrons amb tomàquet</u> Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabloc	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	18 Llenties amb hortalisses Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	19 Sopa d'au amb galets Pollastre al forn amb enciam i tomàquet <u>Galeta cacau a l'èrgies</u> Pabloc
Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	Kcal. 781 h.c. 87,7 lip. 31,8 p. 35,0	Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	Kcal. 847 h.c. 81,3 lip. 42,1 p. 32,9	Kcal. 413 h.c. 39,0 lip. 17,0 p. 26,3
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No marisco, peix

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



■ Festiu
■ 100% Vegetal
■ Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb fideus Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada Pabloc	2 Arròs tres delícies Pit de gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet iogurt natural Pabloc	3 Seques estofades Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	4 Coliflor gratinada Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	5 Festiu
Kcal. 860 h.c. 83,1 lip. 44,6 p. 30,9	Kcal. 708 h.c. 82,4 lip. 28,1 p. 31,4	Kcal. 971 h.c. 94,3 lip. 45,2 p. 38,6	Kcal. 694 h.c. 53,1 lip. 34,4 p. 41,8	Kcal. 734 h.c. 88,6 lip. 27,6 p. 31,8
8 Festiu	9 Purè de llenties Pizza de formatge al·lèrgies Fruita de temporada Pabloc	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabloc	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabloc	12 Arròs amb tomàquet Llom arrebossat al·lèrgies amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabloc
	Kcal. 1001 h.c. 156,9 lip. 20,5 p. 40,3	Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	Kcal. 776 h.c. 87,6 lip. 34,9 p. 28,7
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabloc	16 Macarrons amb salsa de formatge Llom a la planxa amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabloc	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	18 Llenties amb hortalisses Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	19 Sopa d'au amb galets Pollastre amb prunes Neules i torrons Pabloc
Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	Kcal. 609 h.c. 92,1 lip. 18,8 p. 17,3	Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	Kcal. 847 h.c. 81,3 lip. 42,1 p. 32,9	Kcal. 653 h.c. 78,3 lip. 24,4 p. 27,6
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No ou, marisc, peix

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



■ Festiu
■ 100% Vegetal
■ Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada Pabloc	2 Arròs amb tomàquet Pit de gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet logurt natural Pabloc	3 Seques estofades Llom a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	4 Coliflor amb patata al vapor Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	5 Festiu
Kcal. 838 h.c. 86,8 lip. 42,2 p. 27,6	Kcal. 674 h.c. 74,4 lip. 30,3 p. 26,4	Kcal. 707 h.c. 92,3 lip. 23,4 p. 23,6	Kcal. 692 h.c. 51,9 lip. 38,2 p. 34,0	Kcal. 757 h.c. 95,8 lip. 28,8 p. 28,0
8 Festiu	9 Purè de llenties Pizza de pernil cuit sense gluten Fruita de temporada Pabloc	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabloc	11 Espirals amb verdures al·lèrgies Pit de gall dindi a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada Pabloc	12 Arròs amb tomàquet Llom a la planxa amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabloc
Kcal. 563 h.c. 95,1 lip. 5,6 p. 28,4	Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	Kcal. 597 h.c. 85,5 lip. 18,5 p. 21,9	Kcal. 574 h.c. 81,4 lip. 23,0 p. 11,1	
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabloc	16 Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Llom a la planxa amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabloc	17 Arròs amb verdura Pollastre al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	18 Llenties amb hortalisses Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	19 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Pollastre amb prunes Galleta cacau al·lèrgies Pabloc
Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	Kcal. 529 h.c. 89,7 lip. 14,8 p. 9,1	Kcal. 851 h.c. 101,1 lip. 36,4 p. 29,3	Kcal. 847 h.c. 81,3 lip. 42,1 p. 32,9	Kcal. 382 h.c. 53,3 lip. 10,0 p. 19,3
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No ou

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



■ Festiu
■ 100% Vegetal
■ Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada Pabanc Kcal. 838 h.c. 86,8 lip. 42,2 p. 27,6	2 Arròs amb tomàquet Rap a l'andalus a l·lèrgies amb enciam i tomàquet logurt natural Pabanc Kcal. 586 h.c. 74,4 lip. 26,2 p. 13,4	3 Seques estofades Llom a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 707 h.c. 92,3 lip. 23,4 p. 23,6	4 Coliflor amb patata al vapor Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 692 h.c. 51,9 lip. 38,2 p. 34,0	5 Festiu Kcal. 757 h.c. 95,8 lip. 28,8 p. 28,0
8 Festiu	9 Purè de llenties Pizza de pernil cuit sense gluten Fruita de temporada Pabanc Kcal. 563 h.c. 95,1 lip. 5,6 p. 28,4	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabanc Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	11 Espirals amb verdures al·lèrgies Rap a l'andalus a l·lèrgies amb enciam i olives Fruita de temporada Pabanc Kcal. 508 h.c. 85,5 lip. 14,4 p. 8,9	12 Arròs amb tomàquet Llom a la planxa amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabanc Kcal. 574 h.c. 81,4 lip. 23,0 p. 11,1
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabanc Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	16 Macarrons amb salsa de tomàquet al·lèrgies Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabanc Kcal. 767 h.c. 89,7 lip. 31,6 p. 30,6	17 Arròs amb verdura Pollastre al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 851 h.c. 101,1 lip. 36,4 p. 29,3	18 Llenties amb hortalisses Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 847 h.c. 81,3 lip. 42,1 p. 32,9	19 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Pollastre amb prunes Galleta cacau al·lèrgies Pabanc Kcal. 382 h.c. 53,3 lip. 10,0 p. 19,3
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No porc

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb fideus Pit de gall dindi a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pabloc	2 Arròs saltejat a l'estil xinès Cua de rap arrebossada amb enciam i tomàquet iogurt natural Pabloc	3 Seques estofades Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	4 Coliflor gratinada Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	5 Festiu
Kcal. 810 h.c. 83,1 lip. 41,2 p. 26,1	Kcal. 614 h.c. 33,8 lip. 29,9 p. 53,4	Kcal. 971 h.c. 94,3 lip. 45,2 p. 38,6	Kcal. 694 h.c. 53,1 lip. 34,4 p. 41,8	Kcal. 734 h.c. 88,6 lip. 27,6 p. 31,8
8 Festiu	9 Purè de llenties Pizza margarida casolana Fruita de temporada Pabloc	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabloc	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabloc	12 Arròs amb tomàquet Croquetes d'espínacs amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabloc
	Kcal. 995 h.c. 148,8 lip. 21,8 p. 44,8	Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	Kcal. 836 h.c. 99,1 lip. 41,5 p. 14,2
15 Purè de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabloc	16 Macarrons amb salsa de formatge Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabloc	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	18 Llenties amb hortalisses Lluç al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	19 Sopa d'au amb galets Pollastre amb prunes Neules i torrons Pabloc
Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	Kcal. 847 h.c. 92,1 lip. 35,6 p. 38,8	Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	Kcal. 632 h.c. 77,8 lip. 18,8 p. 35,0	Kcal. 653 h.c. 78,3 lip. 24,4 p. 27,6
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

No xampinyó

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



■ Festiu
■ 100% Vegetal
■ Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa d'au amb fideus Llom adobat amb patates fregides Fruita de temporada Pabanc Kcal. 860 h.c. 83,1 lip. 44,6 p. 30,9	2 Arròs tres delícies Cua de rap arrebossada amb enciam i tomàquet iogurt natural Pabanc Kcal. 998 h.c. 89,0 lip. 43,1 p. 63,4	3 Seques estofades Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 971 h.c. 94,3 lip. 45,2 p. 38,6	4 Coliflor gratinada Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 694 h.c. 53,1 lip. 34,4 p. 41,8	5 Festiu Kcal. 734 h.c. 88,6 lip. 27,6 p. 31,8
8 Festiu	9 Puré de llenties Pizza margarida casolana Fruita de temporada Pabanc Kcal. 995 h.c. 148,8 lip. 21,8 p. 44,8	10 Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita de temporada Pabanc Kcal. 551 h.c. 53,6 lip. 26,1 p. 24,4	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabanc Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	12 Arròs amb tomàquet Croquetes de pernil amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabanc Kcal. 741 h.c. 96,9 lip. 33,2 p. 13,8
15 Puré de carbassa Ragout d'au a la jardineria amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabanc Kcal. 495 h.c. 54,6 lip. 17,6 p. 29,2	16 Macarrons amb salsa de formatge Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pabanc Kcal. 847 h.c. 92,1 lip. 35,6 p. 38,8	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	18 Llenties amb hortalisses Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 847 h.c. 81,3 lip. 42,1 p. 32,9	19 Sopa d'au amb galets Pollastre amb prunes Neules i torrons Pabanc Kcal. 653 h.c. 78,3 lip. 24,4 p. 27,6
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

Ausolan.

AMOR DE DIOS
ST. ADRIÀ

Ovolactovegetarià

Desembre
2025

ESCOLAR
Dinar



■ Festiu
■ 100% Vegetal
■ Dia especial

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Tofu a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada Pabloc	2 Amanida de llenties Arròs saltejat a l'estil xinès Iogurt natural Pabloc	3 Seques estofades Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	4 Coliflor gratinada Tofu a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabloc	5 Festiu
Kcal. 1996 h.c. 122,8 lip. 106,7 p. 134,0	Kcal. 473 h.c. 48,9 lip. 21,5 p. 21,2	Kcal. 971 h.c. 94,3 lip. 45,2 p. 38,6	Kcal. 1739 h.c. 89,0 lip. 88,4 p. 143,7	Kcal. 782 h.c. 84,5 lip. 38,0 p. 25,1
8 Festiu	9 Purè de llenties Pizza de formatge al·lèrgies Fruita de temporada Pabloc	10 Mongeta verda amb patata Tofu a la planxa amb enciam i poma Fruita de temporada Pabloc	11 Espirals amb verdures Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada Pabloc	12 Arròs amb tomàquet Tofu a la planxa amb enciam i brots de soja Fruita de temporada Pabloc
Kcal. 1001 h.c. 156,9 lip. 20,5 p. 40,3	Kcal. 1736 h.c. 89,6 lip. 91,9 p. 134,6	Kcal. 786 h.c. 92,2 lip. 34,1 p. 26,3	Kcal. 1870 h.c. 117,4 lip. 95,0 p. 135,3	
15 Purè de carbassa Truita francesa amb arròs pilaf Fruita de temporada Pabloc	16 Purè de cigrons Macarrons amb salsa de formatge Fruita de temporada Pabloc	17 Arròs amb verdura Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabloc	18 Espinacs amb patata Llenties amb hortalisses Fruita de temporada Pabloc	19 Sopa de brou vegetal amb pasta al·lèrgies Truita amb formatge amb enciam i tomàquet Neules i torrons Pabloc
Kcal. 486 h.c. 49,4 lip. 24,2 p. 18,6	Kcal. 1127 h.c. 165,6 lip. 28,1 p. 43,2	Kcal. 995 h.c. 112,5 lip. 48,7 p. 25,6	Kcal. 660 h.c. 88,8 lip. 18,5 p. 28,7	Kcal. 768 h.c. 73,4 lip. 40,9 p. 25,6
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu
29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu		

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.

MENÚ ESCOLAR 25-26

DESEMBRE

BAIXA EN FRUCTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	LA DESCOBERTA DE LA COLIFLOR	DIVENDRES
01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025
Sopa de brou amb fideus Llom a la planxa amb patates fregides Fruita fresca de temporada	Arròs amb oli Cua de rap enfarinada amb enciam amanit logurt natural sense sucre	Purè de verdures permeses Truita de formatge amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Coliflor gratinada Aletes de pollastre marinades amb enciam amanit Fruita fresca permesa	FESTIU
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
FESTIU	Purè de verdures permeses Pizza margarita (sense tomàquet) Fruita fresca permesa	Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Espirals amb verdures permeses Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita fresca permesa	Arròs amb oli Llom arrebossat casolà amb enciam amanit Fruita fresca permesa
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
15/12/2025	16/12/2025	17/12/2025	18/12/2025	19/12/2025
Purè de carbassó Estofat d'au amb arròs blanc Fruita fresca permesa	Macarrons amb salsa de formatge Salmó al forn amb pebrot al forn Fruita fresca permesa	Paella de verdures permeses Truita de patata amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Espinacs amb patata Llom a la planxa amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Sopa de nadal Pollastre al forn amb enciam amanit logurt natural sense sucre
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22/12/2025	23/12/2025	24/12/2025	25/12/2025	26/12/2025
FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU

Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com

Aquesta dieta segueix les directrius recomanades per l'Hospital Sant Joan de Déu.

Verdures permeses: bleda, espinac, bròquil, coliflor, patata, xampinyó, enciam, escarola. **Limitats:** carbassó, albergínia, mongeta tendra, col, bolets, porro, pebrot.

Desaconsellats: carbassa, pastanaga, carxofa, ceba, moniato, remolatxa i tomàquet.

Fruita (segons tolerància): taronja, kiwi, mandarina, maduixa, meló, pinya, plàtan verd. Evitar la resta.

MENÚ ESCOLAR 25-26

DESEMBRE				
BAIXA EN FRUCTOSA, NO LACTIS (LACTOSA, PLV)				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	LA DESCOBERTA DE LA COLIFLOR	DIVENDRES
01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025
Sopa de brou amb fideus Llom a la planxa amb patates fregides Fruita fresca de temporada	Arròs amb oli Cua de rap enfarinada amb enciam amanit logurt natural sense sucre	Purè de verdures permeses Truita francesa amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Coliflor al vapor Aletes de pollastre marinades amb enciam amanit Fruita fresca permesa	FESTIU
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
FESTIU	Purè de verdures permeses Pizza margarita (sense tomàquet) Fruita fresca permesa	Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Espirals amb verdures permeses Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita fresca permesa	Arròs amb oli Llom arrebossat casolà amb enciam amanit Fruita fresca permesa
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
15/12/2025	16/12/2025	17/12/2025	18/12/2025	19/12/2025
Purè de carbassó Estofat d'au amb arròs blanc Fruita fresca permesa	Macarrons amb oli Salmó al forn amb pebrot al forn Fruita fresca permesa	Paella de verdures permeses Truita de patata amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Espinacs amb patata Llom a la planxa amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Sopa de nadal Pollastre al forn amb enciam amanit logurt natural sense sucre
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22/12/2025	23/12/2025	24/12/2025	25/12/2025	26/12/2025
FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU

Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com

Aquesta dieta segueix les directrius recomanades per l'Hospital Sant Joan de Déu.

Verdures permeses: bleda, espinac, bròquil, coliflor, patata, xampinyó, enciam, escarola. **Limitats:** carbassó, albergínia, mongeta tendra, col, bolets, porro, pebrot.

Desaconsellats: carbassa, pastanaga, carxofa, ceba, moniato, remolatxa i tomàquet.

Fruita (segons tolerància): taronja, kiwi, mandarina, maduixa, meló, pinya, plàtan verd. Evitar la resta.

MENÚ ESCOLAR 25-26

DESEMBRE				
BAIXA EN FRUCTOSA I SORBITOL				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	LA DESCOBERTA DE LA COLIFLOR	DIVENDRES
01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025
Sopa de brou amb fideus Llom a la planxa amb patates fregides Fruita fresca de temporada	Arròs amb oli Cua de rap enfarinada amb enciam amanit logurt natural sense sucre	Puré de verdures permeses Truita de formatge amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Coliflor gratinada Aletes de pollastre marinades amb enciam amanit Fruita fresca permesa	FESTIU
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
FESTIU	Puré de verdures permeses Pizza margarita (sense tomàquet) Fruita fresca permesa	Mongeta verda amb patata Pollastre a la canyella amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Espirals amb verdures permeses Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita fresca permesa	Arròs amb oli Llom arrebossat casolà amb enciam amanit Fruita fresca permesa
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
15/12/2025	16/12/2025	17/12/2025	18/12/2025	19/12/2025
Puré de carbassó Estofat d'au amb arròs blanc Fruita fresca permesa	Macarrons amb salsa de formatge Salmó al forn amb pebrot al forn Fruita fresca permesa	Paella de verdures permeses Truita de patata amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Espinacs amb patata Llom a la planxa amb enciam amanit Fruita fresca permesa	Sopa de nadal Pollastre al forn amb enciam amanit logurt natural sense sucre
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22/12/2025	23/12/2025	24/12/2025	25/12/2025	26/12/2025
FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU

Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com

Aquesta dieta segueix les directrius recomanades per l'Hospital Sant Joan de Déu.

Verdures permeses: bleda, espinac, bròquil, coliflor, patata, xampinyó, enciam, escarola. **Limitats:** carbassó, albergínia, mongeta tendra, col, bolets, porro, pebrot. **Desaconsellats:** carbassa, pastanaga, carxofa, ceba, moniato, remolatxa i tomàquet. **Fruita (segons tolerància):** taronja, kiwi, mandarina, maduixa, meló, pinya, plàtan verd. **Evitar la resta.**

DESEMBRE				
DIABÈTIC 5R				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	LA DESCOBERTA DE LA COLIFLOR	DIVENDRES
01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025
Sopa de brou amb fideus 45g (1R) Llom adobat amb patates fregides 60g (2R) Fruita fresca de temporada (1R) + Pa (1R)	Arròs tres delícies152g (4R) Cua de rap arrebossada (0,5R) amb enciam i tomàquet logurt (0,5R)	Seques amb hortalisses 165g (3R) Truita de formatge amb enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada (1R) + Pa (1R)	Coliflor gratinada 195g (3R) Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada (1R) + Pa (1R)	FESTIU
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
FESTIU	Puré de llegum 75g (1,5g) Pizza margarita 100g (2,5R) Fruita fresca de temporada (1R)	Mongeta verda amb patata 195g (3R) Pollastre a la canyella amb enciam i poma Fruita fresca de temporada (1R) + Pa (1R)	Espirals amb verdures 135g (3R) Truita de carbassó i ceba 30g (1R) amb enciam i olives Fruita fresca de temporada (1R)	Arròs amb tomàquet 152g (4R) Uom a la planxa amb enciam i brots de soja Fruita fresca de temporada (1R)
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
15/12/2025	16/12/2025	17/12/2025	18/12/2025	19/12/2025
Puré de carbassa 130g (2R) Estofat d'au amb arròs pilaf 76g (2R) Fruita fresca de temporada (1R)	Macarrons amb salsa de formatge 180g (4R) Salmó al forn amb ceba i pebrot Fruita fresca de temporada (1R)	Paella de verdures114g (3R) Truita de patata 30g (1R) amb enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada (1R)	Llenties guisades 150g (3R) Salsitxes a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada (1R) + Pa (1R)	Sopa de nadal 67,5g (1,5R) Pollastre al forn amb salsa de prunes 100g (2R) logurt (0,5R) + Pa (1R)
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22/12/2025	23/12/2025	24/12/2025	25/12/2025	26/12/2025
FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU

Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com

El nostre menú es basa en la cuina mediterrània, casolana i de qualitat. Menú elaborat per la dietista-nutricionista Sara Vinitzki col. CAT002669

A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.