NOVEMBRE 2026 - MENÚ OVOLACTOVEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ --- TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET --- FRUITA DE TEMPORADA	3 CREMA DE CARBASSA --- FALAFELL DE CIGRONS AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO --- FRUITA DE TEMPORADA	4 MINESTRA DE VERDURES --- EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES --- FRUITA DE TEMPORADA	5 ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀQUET --- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE --- IOGURT NATURAL S/SUCRE	6 SOPA DE VERDURES AMB FIDEUS --- SEITAN A LA JARDINERA --- FRUITA DE TEMPORADA
9 ARRÒS AL PESTO D'ESPINACS --- HAMBURGUESA DE LLEGUMS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA --- FRUITA DE TEMPORADA	10 CIGRONS AMB ESPINACS --- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES --- IOGURT NATURAL S/SUCRE	11 CREMA DE VERDURES --- ESPIRALS INTEGRALS A LA BOLONYESA VEGETAL --- FRUITA DE TEMPORADA	12 AMANIDA RUSSA S/ TONYINA --- HEURA AL FORN AMB TOMÀQUET AMANIT --- FRUITA DE TEMPORADA	13 TRICOLOR DE VERDURES --- AMANIDA DE MONGETES BLANQUES --- FRUITA DE TEMPORADA
16 LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES --- TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE --- FRUITA DE TEMPORADA	17 ARRÒS 3 DELÍCIES --- FALAFELL DE CIGRONS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA --- FRUITA DE TEMPORADA	18 MONGETA VERDA SALTADA AMB PATATA --- CIGRONS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET --- IOGURT NATURAL S/ SUCRE	19 CREMA DE CARBASSA I BONIATO --- HAMBURGUESA DE COLIFLOR I FORMATGE AMB PATATES --- FRUITA DE TEMPORADA	20 SOPA MINESTRONE DE PISTONS --- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET --- FRUITA DE TEMPORADA
23 WOK D'ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES --- HEURA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO --- FRUITA DE TEMPORADA	24 CREMA DE CARBASSÓ --- HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES --- FRUITA DE TEMPORADA	25 TRINXAT DE COL I PATATA --- AMANIDA DE LLENTIES S/ TONYINA --- FRUITA DE TEMPORADA	26 LLACETS AMB SALSA DE XAMPINYONS --- SEITAN A LA JARDINERA --- IOGURT NATURAL S/ SUCRE	27 MONGETES BLANQUES AMB PATATA I BLEDES --- TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT --- FRUITA DE TEMPORADA
30 ESPAGUETIS INTEGRALS A LA SORRENTINA --- HAMBURGUESA DE LLEGUMS AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE --- FRUITA DE TEMPORADA				

NOU REIAL DECRET 315/2025

El nou **Reial Decret 315/2025** és una **normativa d'àmbit estatal** que estableix nous criteris per a l'**elaboració dels menús escolars** amb l'objectiu de promoure una **alimentació saludable, equilibrada i sostenible.**

Amb l'aplicació d'aquesta normativa, a partir d'aquest curs, s'introduïran diverses **modificacions en la planificació dels menús,** entre les que destaquen l'**increment del consum de llegums (2-3 per setmana), de productes integrals i eliminació de postres ensucrats.**



Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge
El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries
Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNS DE PROXIMITAT