aramark

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Basal

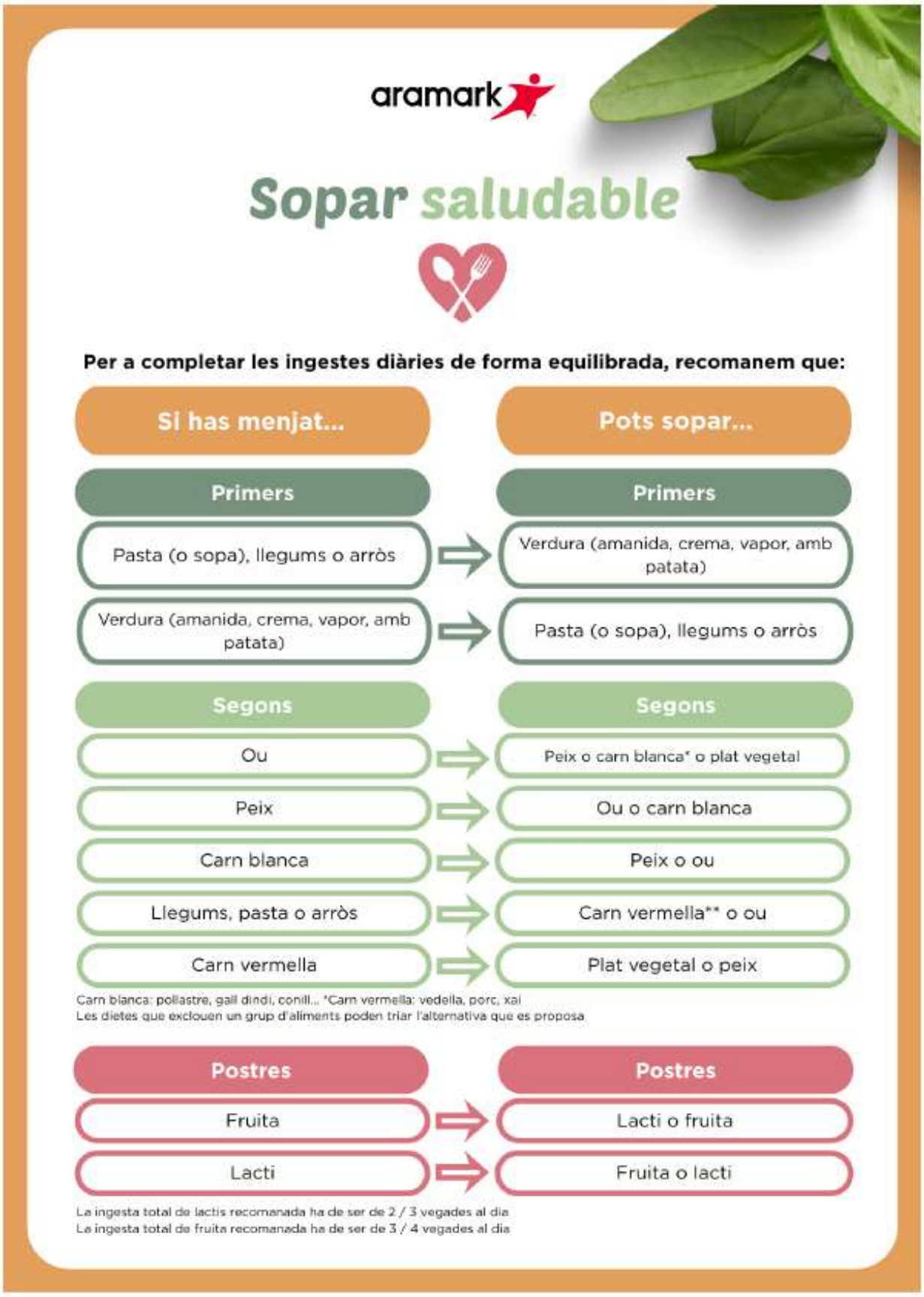
LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au a la planxa Patata dau **Pa integral** Fruita de temporada	2 **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge** Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	3 Trinxat de bròquil i patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa de lletres Llom rostit a l'allet Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge) Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma **Peix fresc** Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa de galets Cuixeta de pollastre amb prunes Enciam i pastanaga **Pa integral** Natilla	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals a la carbonara** Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	22	23	24	25

Vacances de Nadal



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte


aramark
Sopar saludable
Per a completar les ingestes diàries de forma equilibrada, recomanem que:
Si has menjat...
Pots sopar...
Primers
Primers
Pasta (o sopa), llegums o arròs
Verdura (amanida, crema, vapor, amb patata)
Verdura (amanida, crema, vapor, amb patata)
Pasta (o sopa), llegums o arròs
Segons
Segons
Ou
Peix o carn blanca* o plat vegetal
Peix
Ou o carn blanca
Carn blanca
Peix o ou
Llegums, pasta o arròs
Carn vermella** o ou
Carn vermella
Plat vegetal o peix
Carn blanca: pollastre, gall dindi, conill... *Carn vermella: vedella, porc, xai
Les dietes que exclouen un grup d'aliments poden triar l'alternativa que es proposa
Postres
Postres
Fruita
Lacti o fruita
Lacti
Fruita o lacti
La ingesta total de lactis recomanada ha de ser de 2 / 3 vegades al dia
La ingesta total de fruita recomanada ha de ser de 3 / 4 vegades al dia

aramark

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Escola Bressol

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Llenties estofades amb verdures Salsitxes d'au a la planxa **Pa integral** Fruita de temporada	2 Macarrons amb tomàquet (salsa a part) Filet d'abadejo al forn Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	3 Mongeta verda amb patata Llom rostit **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre Truita francesa Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs amb tomàquet (salsa a part) Truita de patata i ceba Pa blanc Fruita de temporada	10 Crema de carbassó Cuixeta de pollastre al forn **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa de lletres Llom rostit Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Gall dindi a la planxa Pa blanc Fruita de temporada	15 Mongeta verda amb patata Llom al forn **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de verdures Peix fresc Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa de fideus Cuixeta de pollastre al forn **Pa integral** Natilla	18 Llenties estofades amb verdures Truita de carbassó Fruita de temporada
21 Espaguetis amb tomàquet (salsa a part) Pollastre al forn Pa blanc Fruita de temporada	22	23	24	25

Vacances de Nadal



COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Gluten

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au a la planxa Patata dau Pa s/gluten Fruita de temporada	2 Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet i formatge Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa s/gluten Iogurt natural 'La Fageda'	3 Trinxat de bròquil i patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga Pa s/gluten Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa s/gluten Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa s/gluten Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga Pa s/gluten Fruita de temporada	11 Sopa amb pasta s/gluten Llom rostit a l'allet Enciam i olives Pa s/gluten Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa s/gluten Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge) Enciam i blat de moro Pa s/gluten Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Peix fresc Patata panadera Pa s/gluten Fruita de temporada	17 Sopa amb pasta s/gluten Cuixeta de pollastre amb prunes Enciam i pastanaga Pa s/gluten Natilla	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa s/gluten Fruita de temporada
21 Espaguetis s/gluten a la carbonara s/gluten Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa s/gluten Fruita de temporada	22 Vacances de Nadal	23	24	25 

En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

aramark

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Ou

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au a la planxa Patata dau **Pa integral** Fruita de temporada	2 Macarrons s/ou amb salsa de tomàquet i formatge Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	3 Trinxat de bròquil i patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre i cúrcuma Lluç al forn Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge s/ou) Rap al forn Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa amb pasta s/ou Llom rostit a l'allet Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge s/ou) Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Peix fresc Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa amb pasta s/ou Cuixeta de pollastre amb prunes Enciam i pastanaga **Pa integral** Iogurt natural	18 Mongetes seques estofades amb verdures Abadejo al forn Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 Espaguetis s/ou a la carbonara i formatge s/ou Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	22	23	24	25

Vacances de Nadal



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Lactosa

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au s/làctics a la planxa Patata dau **Pa integral** Fruita de temporada	2 **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet s/formatge** Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa blanc Gelatina s/sucre	3 Trinxat de bròquil i patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa de lletres Llom rostit a l'allet Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Llom rostit amb tomàquet Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Peix fresc Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa de galets Cuixeta de pollastre amb prunes Enciam i pastanaga **Pa integral** Gelatina s/sucre	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals amb tomàquet** Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	22 Vacances de Nadal	23	24	25



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Proteïna de Llet de Vaca (PLV)

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au s/làctics a la planxa Patata dau **Pa integral** Fruita de temporada	2 **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet s/formatge** Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa blanc Gelatina s/sucre	3 Trinxat de bròquil i patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa de lletres Llom rostit a l'allet Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Llom rostit amb tomàquet Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Peix fresc Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa de galets Cuixeta de pollastre amb prunes Enciam i pastanaga **Pa integral** Gelatina s/sucre	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals amb tomàquet** Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	22	23	24	25

Vacances de Nadal



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Fruits Secs

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au a la planxa Patata dau Pa blanc Fruita de temporada	2 **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge** Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	3 Trinxat de bròquil i patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	11 Sopa de lletres Llom rostit a l'allet Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge) Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Peix fresc Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa de galets Cuixeta de pollastre al forn Enciam i pastanaga Pa blanc Natilla	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals a la carbonara** Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	22	23	24	25

Vacances de Nadal



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Peix ni Marisc

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au a la planxa Patata dau **Pa integral** Fruita de temporada	2 **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge** Pollastre a la planxa Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	3 Trinxat de bròquil i patata Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa d'au de lletres Llom rostit a l'allet Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Llom a l'italiana (amb tomàquet i formatge) Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Truita francesa Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa de galets Cuixeta de pollastre amb prunes Enciam i pastanaga **Pa integral** Natilla	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals a la carbonara** Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	22 Vacances de Nadal	23	24	25



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Porc

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au a la planxa Patata dau **Pa integral** Fruita de temporada	**2** **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge** Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	**3** Trinxat de bròquil i patata Hamburguesa vegetal amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	**4** Arròs amb pollastre i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	**8** **Festiu**	**9** Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	**10** Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	**11** Sopa d'au de lletres Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	**15** Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Hamburguesa vegetal amb tomàquet Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**16** Crema de porros amb poma Peix fresc Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	**17** Sopa d'au de galets Cuixeta de pollastre amb prunes Enciam i pastanaga **Pa integral** Natilla	**18** Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals a la carbonara s/carn** Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	**22**	**23**	**24**	**25**

Vacances de Nadal



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Porc ni PLV

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Salsitxes d'au s/làctics a la planxa Patata dau **Pa integral** Fruita de temporada	2 **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet s/formatge** Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa blanc Gelatina s/sucre	3 Trinxat de bròquil i patata Hamburguesa vegetal amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb pollastre i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Cuixeta de pollastre rostida amb salsa de poma Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa vegetal de lletres Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Hamburguesa vegetal amb tomàquet Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Peix fresc Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa d'au de galets Cuixeta de pollastre amb prunes Enciam i pastanaga **Pa integral** Gelatina s/sucre	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals amb tomàquet** Pollastre rostit a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	22 Vacances de Nadal	23	24	25 

En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Sense Carn

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Rotllets de primavera Enciam amanit **Pa integral** Fruita de temporada	2 **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge** Filet d'abadejo amb all i julivert Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	3 Trinxat de bròquil i patata Hamburguesa vegetal amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb verdures i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Saltejat de llegums -- **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa vegetal de lletres Rap al forn Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Hamburguesa vegetal amb tomàquet Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Peix fresc Patata panadera Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa vegetal de galets Cigrons a la catalana -- **Pa integral** Natilla	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals a la carbonara s/carn** Amanida de quinoa -- Pa blanc Fruita de temporada	22	23	24	25

Vacances de Nadal



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Vegetarià

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Rotllets de primavera Enciam amanit **Pa integral** Fruita de temporada	2 **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge** Quinoa amb verduretes -- Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	3 Trinxat de bròquil i patata Hamburguesa vegetal amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	4 Arròs amb verdures i cúrcuma Truita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Truita de patata i ceba Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	10 Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Saltejat de llegums -- **Pa integral** Fruita de temporada	11 Sopa vegetal de lletres Verdures saltejades amb soja texturitzada -- Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	15 Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Hamburguesa vegetal amb tomàquet Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	16 Crema de porros amb poma Saltejat de llegums amb verdures -- Pa blanc Fruita de temporada	17 Sopa vegetal de galets Cigrons a la catalana -- **Pa integral** Natilla	18 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de carbassó Enciam, cogombre i olives Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals a la carbonara s/carn** Amanida de quinoa -- Pa blanc Fruita de temporada	22 Vacances de Nadal	23	24	25 

En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Vegà

LES FRUITES D'AQUEST MES SÓN: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Cigrons estofats amb verdures Rotllets de primavera Enciam amanit **Pa integral** Fruita de temporada	**2** **Macarrons integrals amb salsa de tomàquet s/formatge** Quinoa amb verduretes -- Pa blanc Fruita de temporada	**3** Trinxat de bròquil i patata Hamburguesa vegetal amb salsa Enciam i pastanaga **Pa integral** Fruita de temporada	**4** Arròs amb verdures i cúrcuma Verdures saltejades amb soja texturitzada -- Pa blanc Fruita de temporada
7 **Lliure disposició**	**8** **Festiu**	**9** Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons) Hamburguesa de llegum Enciam, tomàquet i pastanaga Pa blanc Fruita de temporada	**10** Tricolor de verdura ofegada (mongeta tendra, patata i pastanaga) Saltejat de llegums -- **Pa integral** Fruita de temporada	**11** Sopa vegetal de lletres Verdures saltejades amb soja texturitzada -- Pa blanc Fruita de temporada
14 Arròs amb verdures Mandonguilles veggie amb salsa de tomàquet Saltejat de verdures Pa blanc Fruita de temporada	**15** Minestra de verdures rostida amb oli d'alls Hamburguesa vegetal amb tomàquet Enciam i blat de moro **Pa integral** Fruita de temporada	**16** Crema de porros amb poma Saltejat de llegums amb verdures -- Pa blanc Fruita de temporada	**17** Sopa vegetal de galets Cigrons a la catalana s/ou -- **Pa integral** Fruita de temporada	**18** Mongetes seques estofades amb verdures Rotllets de primavera Enciam amanit Pa blanc Fruita de temporada
21 **Espaguetis integrals amb tomàquet** Amanida de quinoa -- Pa blanc Fruita de temporada	**22**	**23**	**24**	**25**

Vacances de Nadal



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte

aramark

COR DE MARIA VALLS
Desembre '26

Menú Baix en Fructosa i sorbitol

LES FRUITES D'AQUEST MES SON: plàtan, mandarina i taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Patates amb cigrons (pocs) i carbassó Salsitxes d'au a la planxa Patata dau Pa blanc Fruita de temporada	2 Macarrons blancs amb carbassó i xampinyons Filet d'abadejo al forn Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural s/sucre	3 Trinxat de bròquil i patata Llom rostit s/salsa Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	4 Arròs blanc amb pollastre Truita francesa Enciam i cogombre Pa blanc Iogurt natural s/sucre
7 **Lliure disposició**	8 **Festiu**	9 Arròs blanc amb xampinyons i formatge Truita casolana de patates s/ceba Enciam amanit Pa blanc Iogurt natural s/sucre	10 Espinacs amb patates Cuixeta de pollastre rostida Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	11 Sopa d'au casolana de lletres Llom rostit Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural s/sucre
14 Arròs blanc amb carbassó i bròquil Hamburguesa a la planxa Enciam amanit Pa blanc Iogurt natural s/sucre	15 Carbassó i patata Llom rostit Enciam i cogombre Pa blanc Fruita de temporada	16 Crema de porros (porro, patata, api) Peix fresc Patata panadera Pa blanc Iogurt natural s/sucre	17 Sopa d'au casolana de galets Cuixeta de pollastre rostida Enciam i olives Pa blanc Fruita de temporada	18 Patata i mongetes seques (poques) amb bledes Truita de carbassó s/ceba Enciam, cogombre i olives Pa blanc Iogurt natural s/sucre
21 Espaguetis blancs amb bacó i formatge Pollastre rostit a la llimona Enciam i olives Pa blanc Iogurt natural s/sucre	22 Vacances de Nadal	23	24	25



En compliment del RD 315/2025, la informació sobre al·lèrgens presents en cada un dels plats està disponible en el taulell/pissarra del menjador. Contacti amb el seu responsable en cas de dubte