

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

El dia que toqui poma en forma de compota, al forn o ratllada

1
FESTA

2

Crema de porro
Bacallà al forn amb verdures
(carbassó, pastanaga i porro)
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

3

Espaguetis a la bolonyesa vegetal de lleties
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

6

Panató de verdures amb patata
(mongeta tendra, pastanaga, carbassó i patata)
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita*

7

Lleties estofades amb hortalisses i arròs
(amb tomàquet, pastanaga, ceba, llorer i arròs)
Amanida de formatge fresc,
tomàquet i olives
Fruita*

8

Sopa de brou d'au amb fideus
Contraçuixa de pollastre
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

9

Arròs amb verdures
(sofregit de tomàquet, carbassó, pastanaga i
mongeta tendra)
Gallineta al forn amb salsa de tomàquet
logurt natural ECO sense sucre

10

Purè de verdures
(amb patata, carbassó, mongeta tendra,
pastanaga, ceba)
Mandonguilles de vedella a la jardineria
(amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga,
patata, pèsols i all)
Fruita*

13

Patates estofades amb hortalisses
(amb tomàquet, ceba, pastanaga i pèsols)
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

14

Mongetes blanques estofades
amb patata i hortalisses
(amb patata, tomàquet, pastanaga, ceba, llorer)
Amanida de formatge fresc,
tomàquet i olives
Fruita*

15

Crema de pastanaga
Lluç fresc al forn amb patata panadera
Fruita*

16

Arròs a la cassola amb pollastre
(amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga, pit
de pollastre, pèsols i all)
Guarnició de tomàquet amanit
Fruita*

17

Macarrons a la bolonyesa vegetal de lleties
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

20

FESTA

21

FESTA

22

Espirals amb salsa de tomàquet
Trita de gall dindi
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita*

23

Arròs a l'hortelana
(sofregit de tomàquet, bròquil, porro i pastanaga)
Rap al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

24

Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

27

Bròquil amb patata
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

28

Cigrons estofats
amb patata i hortalisses
(amb patata, tomàquet, pastanaga, ceba, llorer)
Amanida de formatge fresc,
tomàquet i olives
Fruita*

29

Crema de pastanaga
Gall dindi estofat amb ceba i poma
Fruita*

30

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Lluç al forn amb verdures
(carbassó, pastanaga i porro)
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

31

Espaguetis a la bolonyesa vegetal de lleties
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 100% ecològic i sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai.escola@fundesplai.org



TIPUS : BASAL

	ESMORZAR	MIG MATÍ	BERENAR
DILLUNS	logurt natural ECO sense sucre amb bastonets de pa	Tastet de fruites	Llet amb cereals
DIMARTS	Pa amb oli i formatge	Tastet de fruites	Pa amb oli i got de llet
DIMECRES	Llet amb cereals	Tastet de fruites	Pa amb oli i formatge
DIJOUS	Pa amb oli i got de llet	Tastet de fruites	Fruita del temps
DIVENDRES	logurt natural ECO sense sucre i cereals	Tastet de fruites	Pa amb oli i gall dindi

