

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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

*Plat o producte sense llegums ni traces

#Producte especial sense llegums

1
FESTA

2

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

3

Espaguetis amb salsa de tomàquet i **trossets de vedella***
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

6

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

7

Arròs amb verdures
tomàquet, pastanaga, ceba, lloer i arròs)
Lluç al forn
Amanida de formatge fresc,
tomàquet i olives
Fruita*

8

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

9

Arròs amb verdures
(sense mongeta tendra)
Gallineta al forn amb salsa de tomàquet
logurt natural ECO sense sucre

10

Purè de verdures
(sense mongeta tendra)
Trossets de vedella*
Xampnyons saltejats
Fruita*

13

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

14

Pasta amb verdures
(amb tomàquet, pastanaga, ceba, lloer i pasta)
Gall dindi a la planxa
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
(sense pèsols)
Guarnició de tomàquet amanit
Fruita*

17

Macarrons amb salsa de tomàquet i **trossets de vedella***
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

20

FESTA

21

FESTA

22

Espirals amb salsa de tomàquet
Trita a la francesa
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
Trossets de vedella*
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

27

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

28

Pasta amb verdures
(amb tomàquet, pastanaga, ceba, lloer i pasta)
Bacallà al forn
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 amb salsa de tomàquet i **trossets de vedella***
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)

a més a més

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

DADES DE CONTACTE

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



TIPUS : SENSE LLEGUMS

	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 sense soja

