

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
FESTA

6  
Escudella barrejada (brou vegetal)  
Llom a la planxa  
amb samfaina  
Fruita

13  
Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

20  
**ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Bistec de vedella al forn/planxa  
Patates al caliu  
logurt **desnatat** natural sense sucre

27  
Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7  
Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

14  
Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

21  
Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

28  
Puré de carbassó  
Pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

8  
Arròs amb xampinyons  
Peix blanc\*\* a la planxa/forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

15  
Arròs vaporitzat amb tomàquet casolà  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

22  
Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

29  
Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

2  
Espaguetis a la italiana (salsa i sofregit  
casolà)  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

9  
Espaguetis amb alfàbrega  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

16  
Sopa de brou vegetal amb pasta  
maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

23  
Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Espirals amb alfàbrega  
Gall dindi amb llit de ceba al forn  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

3  
Llenties guisades amb arròs  
Calamars a la planxa amb picada d'all i  
julivert  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt **desnatat** natural sense sucre

10  
Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
logurt **desnatat** natural sense sucre

17  
Crema de bròquil  
Gall dindi condimentat amb curri  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt **desnatat** natural sense sucre

24  
Puré de carbassa i pastanaga  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats  
amb peix blanc i blau, poden  
sotmetre's a canvis segons  
l'oferta de peix de mercat.**

## 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*Els gramatges corresponen a quantitats cuinades (1 cullerot cuit i pla).**

1  
FESTA

2

**Espaguetis (90g)** a la italiana (amb salsa casolana)

**Peix blanc\*\* (120g)**

Tomàquet al forn

Fruita

3

**Llenties (80g)** guisades amb arròs  
**Calamars (120g)** a la planxa amb picada d'all i julivert

Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt **desnatat** natural sense sucre

6

Escudella barrejada ( amb **40g** de cigró i **40g** de mongeta, brou vegetal i **pasta (90g)** )

**Llom (100g)** al forn/planxa amb samfaina (sofregit casolà)

Fruita

7

**Patates (100g)** guisades amb hortalisses

**Gall dindi (100g)** a l'orenga

Amanida d'enciam i un tal petit de formatge

fresc

Fruita

8

**Arròs (90g)** amb xampinyons  
**Peix blanc\*\*(120g)** a la planxa/forn

Amanida d'enciam i pastanaga

Fruita

9

**Espaguetis (90g)** amb alfàbrega  
**Pollastre (100g)** al forn amb llimona

Amanida d'enciam i blat de moro

Fruita

10

**Cigrons (80g)** saltejats amb all i pebre vermell

**Truita a la francesa (100g d'ou)**

Amanida d'enciam i olives  
logurt **desnatat** natural sense sucre

13

Mongeta tendra amb **patata (100g)**  
**Pit de pollastre (100g)** al forn  
Amanida d'enciam i olives

Fruita (150g)

SENSE PA

14

**Macarrons (90g)** a la bolonyesa de **de soja texturitzada (80g)** (salsa tomàquet i sofregit casolà)

**Peix blanc\*\* (120g)** a la planxa amb all i julivert

Amanida d'enciam i remolatxa

Fruita

15

**Arròs (90g)** vaporitzat amb tomàquet casolà

**Truita a la francesa (100g d'ou)**

Amanida d'enciam i poma

Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb **pasta (90g)**  
**Peix fresc de mercat (120g)**

Amanida d'enciam i germinats

logurt **desnatat** natural sense sucre

SENSE PA

17

Purè de verdures  
**Bistec de vedella (100g)** a la planxa  
Patates al caliu amb fines herbes  
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre

20

### ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS

**Macarrons(90g)** amb bolonyesa de soja texturitzada (salsa tomàquet i sofregit casolà)

**Bistec de vedella (100g)** al forn/planxa  
Patates al caliu

logurt **desnatat** natural sense sucre

27

**Arròs (90g)** vaporitzat amb verdures

**Peix blau\*\* (120g)** al forn

Amanida d'enciam i blat de moro

logurt **desnatat** natural sense sucre

21

**Cigrons (80g)** a la provençal  
**Pit de pollastre (100g)** a la planxa

Amanida d'enciam i olives

Fruita

22

Crema de porro i **patata (100g)**  
**Peix blanc\*\* (120g)** al forn/planxa

Guarnició d'arròs vaporitzat

Fruita

23

Espinacs amb **patata (100g)**  
**Gall dindi (100g)** amb poma

Amanida d'enciam i blat de moro

Fruita

24

Purè de carbassa i pastanaga  
**Truita (100g d'ou)** a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

28

Purè de carbassó

**Pollastre (100g)** a la planxa

Amanida d'enciam i olives

Fruita

29

**Cigrons (80g)** estofats amb espinacs

**Truita a la francesa (100g d'ou)**

Amanida d'enciam i pipes de gira-sol (poca quantitat)

Fruita

30

**Espirals (90g)** amb alfàbrega  
**Gall dindi (100g)** amb llit de ceba al forn

Amanida d'enciam i remolatxa

Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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

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

## DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**\*Plat o producte sense gluten, lactosa, ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte. #Producte especial sense gluten ni lactosa.**

1  
FESTA

2  
**Espaguetis#** a la italiana (amb salsa casolana)  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

3  
**Lenties\*** guisades amb arròs  
Calamars a la planxa amb picada d'all i julivert  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt desnatat natural sense lactosa#**

6  
Escudella barrejada (brou vegetal) i **pasta#**  
Trita a la francesa  
amb samfaina (sofregit casolà)  
Fruita

7  
Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i un tal petit de **formatge#** fresc  
Fruita

8  
Arròs amb xampinyons  
Peix blanc\*\* a la planxa/forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9  
**Espaguetis#** amb alfàbrega  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt desnatat natural sense lactosa#**

13  
Coliflor amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

14  
**Macarrons#** amb bolonyesa de **soja texturitzada#** (salsa tomàquet i sofregit casolà)  
Peix blanc\*\* a la planxa amb all i julivert  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

15  
Arròs vaporitzat amb tomàquet casolà  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16  
Sopa de brou vegetal amb **pasta maravel·la#**  
Peix fresc de mercat al forn/planxa  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

17  
**Puré\*** de verdures  
Bistec de vedella a la planxa  
Patates al caliu amb fines herbes  
**logurt desnatat natural sense lactosa#**

20  
**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
**Macarrons#** amb bolonyesa de **soja texturitzada#** (salsa tomàquet i sofregit casolà)  
Bistec de vedella al forn/planxa  
Patates al caliu  
**logurt desnatat natural sense lactosa#**

21  
Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22  
Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

23  
Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

24  
Puré de carbassa i pastanaga  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

27  
Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**logurt desnatat natural sense lactosa#**

28  
Puré de carbassó  
Pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

29  
Cigrons estofats amb espinacs  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol (poca quantitat)  
Fruita

30  
**Espirals#** amb alfàbrega  
Gall dindi amb llit de ceba al forn  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

5  
Escudella barrejada (brou vegetal)  
Truita a la francesa  
amb samfaina  
Fruita

6  
Escudella barrejada (brou vegetal)  
Truita a la francesa  
amb samfaina  
Fruita

13  
Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

20  
**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Bistec de vedella al forn/planxa  
Patates al caliu  
logurt **desnatat** natural sense sucre

27  
Arròs vaporitzat amb verduretes  
Peix blau\*\* (**Palometa**\*) al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7  
Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

7  
Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

14  
Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Peix blanc\*\* (**Gall de Sant Pere**\*) al  
forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

21  
Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

28  
Puré de carbassó  
Pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1  
FESTA

8  
Arròs amb xampinyons  
Peix blanc\*\* (**Fogoner**\*) a la  
planxa/forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

15  
Arròs vaporitzat amb tomàquet casolà  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

22  
Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* (**Fogoner**\*) al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

29  
Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

2  
Espaguetis a la italiana (salsa i sofregit  
casolà)  
Peix blanc\*\* (**Rap**\*) al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

9  
Espaguetis amb alfàbrega  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

16  
Sopa de brou vegetal amb pasta  
maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

23  
Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Espirals amb alfàbrega  
Gall dindi amb llit de ceba al forn  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

3  
Llenties guisades amb arròs  
**Gall de Sant Pere**\* a la planxa amb  
picada d'all i julivert  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt **desnatat** natural sense sucre

10  
Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
logurt **desnatat** natural sense sucre

17  
Crema de bròquil  
Gall dindi condimentat amb curri  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt **desnatat** natural sense sucre

24  
Puré de carbassa i pastanaga  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**\*Plat o producte sense gambes**

## 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*Posar els primers plats amb més quantitat d'Hidrat de Carboni.**

6

Escudella barrejada (brou vegetal)  
Llom empanat amb samfaina  
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

20

**ÀPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
Hamburguesa de vedella al forn/planxa  
Patates xips  
Crema de xocolata

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

14

Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
Peix blanc\*\*al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre empanat  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

28

Purè de carbassó  
Croquetes de pollastre  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

FESTA

8

Rissoto de xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossades  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de galldindi  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

22

Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

9

Espaguetis al pesto  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb pasta maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30

Espirals al pesto  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

3

Llenties guisades amb arròs  
Calamars a la romana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt **grec** natural

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
logurt **grec** natural

17

Crema de bròquil  
Gall dindi al curri  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt **grec** natural

24

Purè de carbassa i pastanaga  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

3

Lenties guisades amb arròs  
Calamars a la romana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

6

Escudella barrejada (brou vegetal)  
Formatge edam arrebossat  
amb samfaina  
Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

8

Rissoto de xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossades  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

Espaguetis al pesto  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural sense sucre

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

14

Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Peix blanc\*\*al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de galldindi  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb pasta  
maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

17

Crema de bròquil  
Gall dindi al curri  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt natural ECO sense sucre

20

**ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS**

Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Hamburguesa de vedella al forn/planxa  
Patates xips  
Crema de xocolata

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre empanat  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

24

Puré de carbassa i pastanaga  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

28

Puré de carbassó  
Croquetes de pollastre  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

30

Espirals al pesto  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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

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

## DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

\*Plat o producte sense peix, ou, PLV ni llenties ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.  
Revisar etiquetatge.  
# Producte especial sense sense peix, ou, PLV ni llenties.

6  
Escudella barrejada (brou vegetal, amb pasta#)  
**Croquetes de mill#** amb samfaina  
Fruita  
13  
Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

20  
**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
**Macarrons#** amb bolonyesa de soja texturitzada  
**Hamburguesa\*** de vedella al forn/planxa  
Patates xips  
**Crema de soja sabor xocolata#**

27  
Arròs vaporitzat amb verdures  
Pollastre amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7  
Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam (sense formatge ni làctics)  
Fruita  
14  
**Macarrons#** amb bolonyesa de soja texturitzada (sense formatge ni làctics)  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

21  
Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

28  
**Puré\*** de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1  
FESTA

8  
Arròs amb xampinyons  
**Escalopa#** de vedella  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita  
15  
Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Bistec de vedella a la planxa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

22  
**Crema\*** de porro i patata  
**Hamburguesa vegetal\***  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

29  
Cigrons estofats amb espinacs  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

2  
**Espaguetis#** a la italiana  
Pollastre al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

9  
**Espaguetis#** al pesto (sense formatge ni làctics)  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita  
16  
Sopa de brou vegetal amb **pasta maravel·la#**  
**Hamburguesa\*** de vedella  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

23  
Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
**Espirals#** al (sense formatge ni làctics)  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

3  
Pèsols guisats amb arròs  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt de soja

10  
Cigrons estofats amb hortalisses  
**Salsitxes\*** d'au amb daus de patates al forn  
Amanida d'enciam i olives  
logurt de soja  
17  
**Crema\*** de bròquil  
Gall dindi **condimentat amb curri\***  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt de soja

24  
Puré de carbassa i pastanaga  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

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@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*Plat o producte sense calamar ni gambes. Revisar etiquetatge.**

1  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\***Rap\*** al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

3

Llenties guisades amb arròs  
**Croquetes de mill\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Iogurt natural ECO sense sucre

6

Escudella barrejada (brou vegetal)  
Formatge edam arrebossat  
amb samfaina  
Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

8

Rissoto de xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\***(Fogoner\*)**  
arrebossades  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

Espaguetis al pesto  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
Iogurt natural sense sucre

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

14

Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Peix blanc\*\* **(Gall de Sant Pere\*)** al  
forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de gall dindi  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb pasta  
maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

17

Crema de bròquil  
Gall dindi al curri  
Guarnició d'arròs blanc  
Iogurt natural ECO sense sucre

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**

Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Hamburguesa de vedella al forn/planxa  
Patates xips  
Crema de xocolata

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre empanat  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\***(Fogoner\*)** al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

24

Puré de carbassa i pastanaga  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

27

Arròs vaporitzat amb verdurettes  
Peix blau\*\* **(Palometa\*)** amb salsa  
verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

28

Puré de carbassó  
**Croquetes de mill\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

30

Espirals al pesto  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
Iogurt 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

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

## DADES DE CONTACTE

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





## DILLUNS

S'utilitza pasta de blat de moro i Arròs vaporitzat. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

6

Escudella barrejada (brou vegetal, amb **pasta#**)  
Llom **arrebossat#**  
amb samfaina  
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

20

### ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS

**Macarrons#** amb bolonyesa de soja **texturitzada sense gluten#**  
**Hamburguesa\*** de vedella al forn/planxa  
Patates **xips\***

**Crema de soja sabor xocolata#**

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

## DIMARTS

**\*Plat o producte sense gluten, ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.**

**# Producte especial sense gluten**

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

14

**Macarrons#** amb bolonyesa de soja **texturitzada sense gluten#**  
Peix blanc\*\*al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

28

Puré de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

## DIMECRES

1

FESTA

8

Rissoto de xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de **galdindi\***  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

22

Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

## DIJOUS

2

**Espaguetis#** a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

9

**Espaguetis#** al pesto  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb **pasta**  
**maravella#**  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30

**Espirals#** al pesto  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

## DIVENDRES

3

**Llenties\*** guisades amb arròs  
Calamars a l'**andalusa casolans#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural sense sucre

17

Crema de bròquil  
Gall dindi **al curri\***  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt natural ECO sense sucre

24

Puré de carbassa i pastanaga  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

S'utilitza pasta de blat de moro i Arròs vaporitzat. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

**\*Plat o producte sense gluten, ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.**  
**# Producte especial sense gluten**

1  
FESTA

2  
**Espaguetis#** a la italiana  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Tomàquet al forn  
 Fruita

3  
**Llenties\*** guisades amb arròs  
 Calamars a l'**andalusa casolans#**  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Iogurt natural ECO sense sucre

6  
 Escudella barrejada (brou vegetal, amb **pasta#**)  
 Formatge edam **arrebossat#**  
 amb samfaina  
 Fruita

7  
 Patates guisades amb hortalisses  
 Gall dindi a l'orenga  
 Amanida d'enciam i formatge fresc  
 Fruita

8  
 Rissoto de xampinyons  
 Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades#**  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

9  
**Espaguetis#** al pesto  
 Pollastre al forn amb llimona  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

10  
 Cigrons estofats amb hortalisses  
 Truita de patates  
 Amanida d'enciam i olives  
 Iogurt natural sense sucre

13  
 Mongeta tendra amb patata  
 Pollastre al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

14  
**Macarrons#** amb bolonyesa de **soja texturitzada sense gluten#**  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

15  
 Arròs vaporitzat amb tomàquet  
 Truita de **galdindi\***  
 Amanida d'enciam i poma  
 Fruita

16  
 Sopa de brou vegetal amb **pasta maravel·la#**  
 Peix fresc de mercat  
 Amanida d'enciam i germinats  
 Fruita

17  
 Crema de bròquil  
 Gall dindi **al curri\***  
 Guarnició d'arròs blanc  
 Iogurt natural ECO sense sucre

20  
**ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS**  
**Macarrons#** amb bolonyesa de **soja texturitzada sense gluten#**  
**Hamburguesa\*** de vedella al forn/planxa  
 Patates **xips\***

21  
 Cigrons a la provençal  
 Pit de pollastre **empanat#**  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

22  
 Crema de porro i patata  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Guarnició d'arròs vaporitzat  
 Fruita

23  
 Espinacs amb patata  
 Gall dindi amb poma  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

24  
 Puré de carbassa i pastanaga  
 Truita de formatge  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

27  
**Crema de soja sabor xocolata#**  
 Arròs vaporitzat amb verdures  
 Peix blau\*\* amb salsa verda  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

28  
 Puré de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

29  
 Cigrons estofats amb espinacs  
 Truita a la francesa  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
 Fruita

30  
**Espirals#** al pesto  
 Estofat de gall dindi  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
 Iogurt 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  
 esplaiescola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

S'utilitza pasta de blat de moro i Arròs vaporitzat. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

\*Plat o producte sense gluten, lactosa ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte. Revisar etiquetatge producte.  
# Producte especial sense gluten ni lactosa.

1  
FESTA

2

**Espaguetis#** a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

3

**Llenties\*** guisades amb arròs  
Calamars a l'**andalusa casolans#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt natural sense lactosa#**

6

Escudella barrejada (brou vegetal, amb **pasta#**)  
Llom **arrebossat#**  
amb samfaina  
Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i **formatge#** fresc  
Fruita

8

Arròs amb xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**Espaguetis#** al pesto (amb **formatge#**)  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt natural sense lactosa#**

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

14

**Macarrons#** amb bolonyesa de soja **texturitzada sense gluten#**  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de **galdindi\***  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb **pasta maravella#**  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

17

**Crema\*** de bròquil  
Gall dindi **al curri\***  
Guarnició d'arròs blanc  
**logurt natural sense lactosa#**

20

**ÀPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
**Macarrons#** amb bolonyesa de soja **texturitzada sense gluten#**  
**Hamburguesa\*** de vedella al forn/planxa  
Patates **xips\***

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

24

Puré de carbassa i pastanaga  
Truita de **formatge#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**Crema de soja sabor xocolata#**

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

28

**Puré\*** de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

30

**Espirals#** al pesto (amb **formatge#**)  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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

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

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**S'utilitza pasta d'Arròs vaporitzat. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.**

**\*Plat o producte sense gluten, PLV, mel ni melasses.  
# Producte especial sense gluten, PLV, mel ni melasses.**

1  
FESTA

2

**Espaguetis#** a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

3

**Llenties\*** guisades amb arròs  
Calamars a l'**andalusa casolans#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt Alpro de Coco#**

6

Escudella barrejada (brou vegetal, amb **pasta#**)

Llom **arrebossat#**  
amb samfaina

Fruita

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn

Amanida d'enciam i olives  
Fruita

20

**ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS**

**Macarrons#** amb bolonyesa de soja  
**texturitzada sense gluten#**

**Hamburguesa\*** de lluç al forn/planxa  
Patates **xips\***

**Crema de soja sabor xocolata#**

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa verda

Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses

Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam  
(sense formatge ni làctics)

Fruita

14

**Macarrons#** amb bolonyesa de soja  
**texturitzada sense gluten#**

(sense formatge ni làctics)  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa

Fruita

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i olives

Fruita

28

**Puré\*** de carbassó

**Croquetes de mill#**

Amanida d'enciam i olives  
Fruita

8

Arròs amb xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades#**

Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de **galdindi\***

Amanida d'enciam i poma  
Fruita

22

**Crema\*** de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat

Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa

Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

9

**Espaguetis#** al pesto (sense formatge ni làctics)

Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro

Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb **pasta maravella#**

Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats

Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro

Fruita

30

**Espirals#** al pesto (sense formatge ni làctics)

Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa

Fruita

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates

Amanida d'enciam i olives  
**logurt Alpro de Coco#**

17

**Crema\*** de bròquil  
Gall dindi **condimentat amb curri\***

Guarnició d'arròs blanc  
**logurt Alpro de Coco#**

24

**Puré\*** de carbassa i pastanaga  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga

Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**\*Plat o producte sense porc, cigrons ni mongeta seca ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.**

**6**  
Sopa de pasta (amb brou vegetal, sense llegums)  
Formatge edam arrebossat amb samfaina  
Fruita

**13**  
Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

**20**  
**ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
Hamburguesa de vedella al forn/planxa  
Patates xips  
Crema de xocolata

**27**  
Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**7**  
Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

**14**  
Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**21**  
Patates a la provençal  
Pit de pollastre empanat  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

**28**  
Puré de carbassó  
Croquetes de pollastre  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

**1**  
FESTA

**8**  
Rissoto de xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossades  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**15**  
Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de gall dindi  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

**22**  
Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

**29**  
Pèsols estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

**2**  
Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

**9**  
Espaguetis al pesto  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**16**  
Sopa de brou vegetal amb pasta maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

**23**  
Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**30**  
Espirals al pesto  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**3**  
Lenties guisades amb arròs  
Calamars a la romana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

**10**  
Patates estofats amb hortalisses  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural sense sucre

**17**  
Crema de bròquil  
Gall dindi al curri  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt natural ECO sense sucre

**24**  
Puré de carbassa i pastanaga  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

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@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**6**  
Escudella barrejada (brou vegetal)  
Formatge edam arrebossat amb samfaina  
Fruita

**7**  
Patates guisades amb hortalisses  
Trita a la francesa amb l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

**8**  
Rissoto de xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossades  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**9**  
Espaguetis al pesto  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**10**  
Cigrons estofats amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural sense sucre

**13**  
Mongeta tendra amb patata  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

**14**  
Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
Peix blanc\*\*al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**15**  
Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

**16**  
Sopa de brou vegetal amb pasta maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

**17**  
Crema de bròquil  
Trita a la francesa amb orenga  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt natural ECO sense sucre

**20**  
**ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
Hamburguesa de lluç al forn/planxa  
Patates xips  
Crema de xocolata

**21**  
Cigrons a la provençal  
Formatge edam arrebossat  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

**22**  
Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

**23**  
Espinacs amb patata  
Peix blanc\*\* amb salsa de poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**24**  
Puré de carbassa i pastanaga  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

**27**  
Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**28**  
Puré de carbassó  
Croquetes de mill  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

**29**  
Cigrons estofats amb espinacs  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

**30**  
Espirals al pesto  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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



DILLUNS

S'utilitza pasta de blat de moro i Arròs vaporitzat. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

6

Sopa amb **pasta#** (brou vegetal, sense llegums: mongeta blanca ni cigrons)

Llom **empanatl#** amb samfaina

Fruita

13

Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn

Amanida d'enciam i olives

Fruita

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**

**Macarrons#** amb bolonyesa de soja texturitzada

**Hamburguesa\*** de vedella al forn/planxa

Patates xips

**Crema de soja sabor xocolata#**

27

Arròs vaporitzat amb verdures Pollastre amb salsa verda

Amanida d'enciam i blat de moro

Fruita

DIMARTS

# **Producte especial sense ou, cigrons, mongeta blanca, llet ni peix**  
\*Plat o producte sense ou, cigrons, mongeta blanca, llet, peix ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.

7

Patates guisades amb hortalisses Gall dindi a l'orenga

Amanida d'enciam (sense formatge ni làctics)

Fruita

14

**Macarrons#** amb bolonyesa de soja texturitzada (sense formatge ni làctics)

**Salsitxes\*** d'au al forn

Amanida d'enciam i remolatxa

Fruita

21

Patates a la provençal Pit de pollastre **empanatl#**

Amanida d'enciam i olives

Fruita

28

**Puré\*** de carbassó **Croquetes de mill#**

Amanida d'enciam i olives

Fruita

DIMECRES

1  
FESTA

8

Arròs amb xampinyons **Escalopa#** de vedella

Amanida d'enciam i pastanaga

Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet Bistec de vedella a la planxa

Amanida d'enciam i poma

Fruita

22

**Crema\*** de porro i patata Llom a la planxa

Guarnició d'arròs vaporitzat

Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs **Salsitxes\*** d'au al forn

Amanida d'enciam i pipes de gira-sol

Fruita

DIJOUS

2

**Espaguetis#** a la italiana Pollastre al forn/planxa

Tomàquet al forn

Fruita

9

**Espaguetis#** al pesto (sense formatge ni làctics)

Pollastre al forn amb llimona Amanida d'enciam i blat de moro

Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb **pasta maravella#**

**Hamburguesa\*** de vedella

Amanida d'enciam i germinats

Fruita

23

Espinacs amb patata Gall dindi amb poma

Amanida d'enciam i blat de moro

Fruita

30

**Espirals#** al (sense formatge ni làctics) Estofat de gall dindi

Amanida d'enciam i remolatxa

Fruita

DIVENDRES

3

Llenties guisats amb arròs **Croquetes de mill#** Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja

10

Patates estofades amb hortalisses **Salsitxes\*** d'au amb daus de patates al forn

Amanida d'enciam i olives logurt de soja

17

**Crema\*** de bròquil Gall dindi **condimentat amb curri\***

Guarnició d'arròs blanc

logurt de soja

24

Puré de carbassa i pastanaga **Salsitxes\*** d'au al forn

Amanida d'enciam i pastanaga

Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*\*Sense pèsols ni mongeta tendra**  
**\*Plat o producte sense llegums ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.**  
**#Producte especial sense llegums.**

**6**  
 Sopa de pasta (amb brou vegetal, sense llegums)  
 Llom empanat amb samfaina  
 Fruita

**13**  
**Bledes\*\*** amb patata  
 Pollastre al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

**20**  
**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
 Macarrons amb **salsa de tomàquet\***  
 Bistec de vedella al forn/planxa  
 Patates xips  
**Crema de xocolata\***

**27**  
 Arròs vaporitzat amb **verduretes\*\***  
 Peix blau\*\* amb **salsa verda\*\***  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

**7**  
 Patates guisades amb hortalisses  
 Gall dindi a l'orenga  
 Amanida d'enciam i formatge fresc  
 Fruita

**14**  
 Macarrons amb **salsa de tomàquet\***  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

**21**  
 Patates a la **provençal\***  
 Pit de pollastre **empanat\***  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

**28**  
 Puré de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

**1**  
**FESTA**

**8**  
**Rissoto\*\*** de xampinyons  
 Tiretes de peix blanc\*\* arrebossades  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

**15**  
 Arròs vaporitzat amb tomàquet  
 Truita de galldindi  
 Amanida d'enciam i poma  
 Fruita

**22**  
 Crema de porro i patata  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Guarnició d'arròs vaporitzat  
 Fruita

**29**  
 Patates estofades amb espinacs  
 Truita a la francesa  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
 Fruita

**2**  
 Espaguetis a la italiana  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Tomàquet al forn  
 Fruita

**9**  
 Espaguetis al pesto  
 Pollastre al forn amb llimona  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

**16**  
 Sopa de brou vegetal amb pasta maravella  
 Peix fresc de mercat  
 Amanida d'enciam i germinats  
 Fruita

**23**  
 Espinacs amb patata  
 Gall dindi amb poma  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

**30**  
 Espirals al pesto  
 Estofat de gall dindi  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

**3**  
 Arròs amb herbes aromàtiques  
 Calamars a l'**andalusa casolans\***  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Iogurt natural ECO sense sucre

**10**  
 Patates estofats amb hortalisses  
 Truita a la francesa  
 Amanida d'enciam i olives  
 Iogurt natural sense sucre

**17**  
 Crema de bròquil  
 Gall dindi al curri  
 Guarnició d'arròs blanc  
 Iogurt natural ECO sense sucre

**24**  
 Puré de carbassa i pastanaga  
 Truita de formatge  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
 Iogurt 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

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

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
 esplaiescola@fundesplai.org





## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*Plat o producte sense lactosa, ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.**  
**#Producte especial sense lactosa**

1  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Tomàquet al forn  
 Fruita

3

Llenties guisades amb arròs  
 Calamars a l'**andalusa casolans\***  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt natural sense lactosa#**

6

Escudella barrejada (brou vegetal)  
 Llom **empanat\***  
 amb samfaina  
 Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
 Gall dindi a l'orenga  
 Amanida d'enciam i **formatge#** fresc  
 Fruita

8

Arròs amb xampinyons  
 Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades\***  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

9

Espaguetis al pesto (amb **formatge#**)  
 Pollastre al forn amb llimona  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
 Truita de patates  
 Amanida d'enciam i olives  
**logurt natural sense lactosa#**

13

Mongeta tendra amb patata  
 Pollastre al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

14

Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
 Peix blanc\*\*al forn/planxa  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
 Truita de **galdindi\***  
 Amanida d'enciam i poma  
 Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb pasta maravella  
 Peix fresc de mercat  
 Amanida d'enciam i germinats  
 Fruita

17

**Crema\*** de bròquil  
 Gall dindi **condimentat amb curri\***  
 Guarnició d'arròs blanc  
**logurt natural sense lactosa#**

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
 Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
**Hamburguesa\*** de vedella al forn/planxa  
 Patates xips

21

Cigrons a la provençal  
 Pit de pollastre **empanat\***  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

22

Crema de porro i patata  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Guarnició d'arròs vaporitzat  
 Fruita

23

Espinacs amb patata  
 Gall dindi amb poma  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

24

**Puré\*** de carbassa i pastanaga  
 Truita de **formatge#**  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
 Peix blau\*\* amb salsa verda  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

28

**Puré\*** de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
 Truita a la francesa  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
 Fruita

30

Espirals al pesto (amb **formatge#**)  
 Estofat de gall dindi  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*Plat o producte sense PLV, vedella ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.**  
**# Producte especial sense PLV ni vedella.**

1  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Tomàquet al forn  
 Fruita

3

Llenties guisades amb arròs  
 Calamars a l'**andalusa casolans\***  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt de soja#**

6

Escudella barrejada (brou vegetal)  
 Llom **empanat\***  
 amb samfaina  
 Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
 Gall dindi a l'orenga  
 Amanida d'enciam (**sense formatge ni làctics**)  
 Fruita

8

Arròs amb xampinyons  
 Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades\***  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

9

Espaguetis al pesto (**sense formatge ni làctics**)  
 Pollastre al forn amb llimona  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
 Truita de patates  
 Amanida d'enciam i olives  
**logurt de soja#**

13

Mongeta tendra amb patata  
 Pollastre al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

14

Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
 Peix blanc\*\*al forn/planxa  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
 Truita de **galdindi\***  
 Amanida d'enciam i poma  
 Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb pasta maravella  
 Peix fresc de mercat  
 Amanida d'enciam i germinats  
 Fruita

17

**Crema\*** de bròquil  
 Gall dindi **condimentat amb curri\***  
 Guarnició d'arròs blanc  
**logurt de soja#**

20

### ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS

Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada  
**Hamburguesa\*** de lluç al forn/planxa  
 Patates xips

21

Cigrons a la provençal  
 Pit de pollastre **empanat\***  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

22

Crema de porro i patata  
 Peix blanc\*\* al forn/planxa  
 Guarnició d'arròs vaporitzat  
 Fruita

23

Espinacs amb patata  
 Gall dindi amb poma  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

24

**Puré\*** de carbassa i pastanaga  
 Truita a la francesa  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
 Peix blau\*\* amb salsa verda  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

28

**Puré\*** de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
 Truita a la francesa  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
 Fruita

30

Espirals al pesto (**sense formatge ni làctics**)  
 Estofat de gall dindi  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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

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

## DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

\*Plat o producte sense PLV, llegums, fruits secs ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.

# Producte especial sense PLV, llegums ni fruits secs

1  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

3

Arròs amb herbes aromàtiques  
Calamars a l'**andalusa casolans\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt de cabra#**

6

Sopa de pasta (amb brou vegetal, sense llegums)  
Llom **empanat\*** amb samfaina  
Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam (sense formatge ni làctics)  
Fruita

8

Arròs amb xampinyons (sense formatge ni làctics)  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

Espaguetis amb alfàbrega (sense formatge ni làctics)  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10

Patates estofats amb hortalisses  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt de cabra#**

13

**Bledes\*\*** amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

14

Macarrons amb **salsa de tomàquet\***  
Peix blanc\*\*al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de **galdindi\***  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb pasta maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

17

**Crema\*** de bròquil  
Gall dindi **condimentat amb curri\***  
Guarnició d'arròs blanc  
**logurt de cabra#**

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Macarrons amb **salsa de tomàquet\***  
Bistec de vedella al forn/planxa  
Patates **xips\***  
**logurt de cabra#**

21

Patates a la **provençal\***  
Pit de pollastre **empanat\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Crema de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

24

Puré de carbassa i pastanaga  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

27

Arròs vaporitzat amb **verduretes\*\***  
Peix blau\*\* amb **salsa verda\*\***  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

28

Puré de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

29

Patates estofades amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam (**sense pipes**)  
Fruita

30

Espirals amb alfàbrega (sense formatge ni làctics)  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Totes les receptes d'aquest menú s'elaboren sense ceba

\*\*Plat o producte sense peix ni traces.

Revisar l'etiquetatge del producte.

# Producte especial sense peix ni traces.

Revisar l'etiquetatge del producte.

6

Escudella barrejada (brou vegetal)  
Llom empanat  
amb **sanfaina#**  
(sense ceba)  
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**

Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
Hamburguesa de vedella al forn/planxa  
Patates xips  
Crema de xocolata

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
Pollastre amb **salsa verda\***  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

14

Macarrons amb bolonyesa de soja  
texturitzada  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre empanat  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

28

Puré de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

FESTA

8

Rissoto de xampinyons  
Formatge edam arrebossat  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de gall dindi  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

22

Crema de porro i patata  
Llom a la planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

29

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

2

Espaguetis a la italiana  
Truita a la francesa  
Tomàquet al forn  
Fruita

9

Espaguetis al pesto  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb pasta  
maravella  
**Hamburguesa\*** de vedella  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30

Espirals al pesto  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

3

Lenties guisades amb arròs  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural sense sucre

17

Crema de bròquil  
Gall dindi **al curri\***  
Guarnició d'arròs blanc  
logurt natural ECO sense sucre

24

Puré de carbassa i pastanaga  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

## 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

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

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



## DILLUNS

**\*\*Plat o producte sense gluten, PLV, soja ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.**

**# Producte especial sense gluten, PLV ni soja.**

**\*Fruita permesa:** fruits del bosc, cireres, mandarina i llimona.

6

Escudella barrejada (brou vegetal, amb **pasta#**)

Llom **arrebossat#**  
amb samfaina

**Fruita\***

13

Mongeta taronja amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives

**Fruita\***

20

**ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS**

**Macarrons#** amb salsa de tomàquet  
Bistec de vedella al forn/planxa  
Patates **xips\***

**logurt Alpro de Coco#**

27

Patates amb verduretets  
(sense carbassa)  
Peix blau\*\* amb **salsa\*** verda  
Amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita\***

## DIMARTS

S'utilitza pasta de blat de moro.  
Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten. \*\*Consultar pauta aliments permesos.

**Es servirà 2 cops a la semana logurt Alpro de Coco.**

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam  
(sense formatge ni làctics)

**logurt Alpro de Coco#**

14

**Macarrons#** amb salsa de tomàquet  
(sense formatge ni làctics)  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam

**logurt Alpro de Coco#**

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i olives

**Fruita\***

28

**Puré\*** de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt Alpro de Coco#**

## DIMECRES

1

**FESTA**

8

Xampinyons saltejats amb all i julivert  
**Escalopa#** de vedella  
Amanida d'enciam i pastanaga

**Fruita\***

15

Patates amb sofregit casolà  
Bistec de vedella a la planxa  
Amanida d'enciam

**Fruita\***

22

**Crema\*** de porro i patata  
Llom a la planxa  
Guarnició patata al caliu

**Fruita\***

29

Cigrons estofats amb espinacs  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol

**Fruita\***

## DIJOUS

2

**Espaguetis#** a la italiana (sofregit casolà)  
Pollastre al forn/planxa  
Tomàquet al forn

**Fruita\***

9

**Espaguetis#** al **pesto\*** d'alfàbrega  
(sense formatge ni làctics)  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita\***

16

Sopa de brou vegetal amb **pasta maravel·la#**  
Bistec de vedella al forn/planxa  
Amanida d'enciam i germinats

**Fruita\***

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita\***

30

**Espirals#** al **pesto\*** d'alfàbrega  
(sense formatge ni làctics)  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam

**Fruita\***

## DIVENDRES

3

**Llenties\*** amb sofregit casolà  
(sense arròs)  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt Alpro de Coco#**

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
**Salsitxes\*** d'au amb daus de patates al forn  
Amanida d'enciam i olives

**logurt Alpro de Coco#**

17

**Crema\*** de bròquil  
Gall dindi **condimentat amb curri\***  
Guarnició patata al caliu

**logurt Alpro de Coco#**

24

**Puré\*** de carbassó (sense carbassa)  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt Alpro de Coco#**

## 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**EVITAR: productes precuinats i integrals, cigrons, mongeta blanca, carbassa, pastanaga, moniato, carxofa i sucres.**

\*\*Adaptar i oferir segons tol·lerància individual, d'acord amb pauta mèdica.

\*Plat o producte sense lactosa ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.

# Producte especial sense lactosa.

\*FRUITA LIMITADA (1-2/dia): Mandarina, albercoc, préssec, maduixa, mango, taronja, plàtan síndria, meló, pinya natural, 20g de fruits secs

\*FRUITES A EVITAR: caqui, pera, poma, magrana, cireres, kiwi, raïm, gerds, mores o fruits del bosc, almívans, compotes ni fruita deshidratada.

1  
FESTA

2

Espaguetis **blancs** a la italiana (salsa casolana)

Peix blanc\*\* al forn/planxa

Tomàquet al forn

**Fruita del temps\***

3

Llenties\*\* (**limitar quantitat**) guisades amb arròs **blanc**

Calamars a l'**andalusa casolans\***

Amanida d'enciam \*

**logurt natural sense lactosa#**

6

Sopa de **pasta blanca** (brou vegetal)

Llom **empanat\***

amb samfaina\*\* (sofregit casolà)

**Fruita del temps\***

7

Patates guisades amb hortalisses\*\*

Gall dindi a l'orenga

Amanida d'enciam i **formatge#** fresc

**Fruita del temps\***

8

Arròs **blanc** vaporitzat amb xampinyons\*\*

Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades\***

Amanida d'enciam \*

**Fruita del temps\***

9

Espaguetis **blancs** al pesto d'alfàbrega (amb **formatge#**)

Pollastre al forn amb llimona

Amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita del temps\***

10

Patates estofades amb hortalisses\*\*

Truita a la francesa

Amanida d'enciam i olives

**logurt natural sense lactosa#**

13

Bledes\* amb patata

Pollastre al forn

Amanida d'enciam i olives

**Fruita del temps\***

14

Macarrons **blancs** amb salsa de tomàquet casolana

Peix blanc\*\* al forn/planxa

Amanida d'enciam i remolatxa

**Fruita del temps\***

15

Arròs **blanc** vaporitzat amb tomàquet casolà

Truita de **galldindi\***

Amanida d'enciam \*

**Fruita del temps\***

16

Sopa de brou vegetal amb **pasta blanca**

Peix fresc de mercat

Amanida d'enciam i germinats

**Fruita del temps\***

17

**Crema\*** de bróquil\*\*

Gall dindi **condimentat amb curri\***

Guarnició d'arròs **blanc**

**logurt natural sense lactosa#**

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**

Macarrons **blancs** amb salsa de tomàquet casolana

Bistec de vedella al forn/planxa

Patates al caliu

**logurt natural sense lactosa#**

21

Patates a la provençal\*

Pit de pollastre **empanat\***

Amanida d'enciam i olives

**Fruita del temps\***

22

**Crema\*** de porro i patata\*\*

Peix blanc\*\* al forn/planxa

Guarnició d'arròs vaporitzat

**Fruita del temps\***

23

Espinacs\*\* amb patata

Gall dindi a la planxa\*

Amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita del temps\***

24

**Puré\*** de carbassó\*

Truita de **formatge#**

Amanida d'enciam \*

**Fruita del temps\***

27

Arròs **blanc** vaporitzat amb verduretes\*\*

Peix blau\*\* amb salsa verda

Amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita del temps\***

28

**Puré\*** de carbassó\*

**Croquetes de mill#**

Amanida d'enciam i olives

**Fruita del temps\***

29

Patates estofades amb espinacs\*\*

Truita a la francesa

Amanida d'enciam i **pipes de gira-sol\***

**Fruita del temps\***

30

Espirals **blancs** al pesto d'alfàbrega (amb **formatge#**)

Estofat de gall dindi

Amanida d'enciam i remolatxa

**Fruita del temps\***

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## 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

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

## DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

S'utilitza pasta de blat de moro i Arròs vaporitzat. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

**\*\*Plat o producte sense gluten, PLV, albergínia, fruits secs, cacauet, pinya, kiwi, préssec ni raïm.**  
**# Producte sense gluten, PLV, albergínia, fruits secs, cacauet, pinya, kiwi, préssec ni raïm.**

1  
FESTA

2

**Espaguetis#** a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
**Fruita\***

3

**Llenties\*** guisades amb arròs  
Calamars a l'**andalusa casolans#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt Alpro de Coco#**

6

Escudella barrejada (brou vegetal, amb **pasta#**)  
Llom **arrebossat#**  
amb carbassó, ceba, patata i pebrots (sense albergínia)

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam  
(sense formatge ni làctics)  
**Fruita\***

8

Arròs amb xampinyons  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

9

**Espaguetis#** al pesto (sense formatge ni làctics)  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Fruita\***

10

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt Alpro de Coco#**

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

14

**Macarrons#** amb salsa de tomàquet\* (sense formatge ni làctics)  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\***

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Truita de **galldindi\***  
Amanida d'enciam i poma  
**Fruita\***

16

Sopa de brou vegetal amb **pasta maravella#**  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
**Fruita\***

17

**Crema\*** de bròquil  
Gall dindi **condimentat amb curri\***  
Guarnició d'arròs blanc  
**logurt Alpro de Coco#**

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
**Macarrons#** amb salsa de tomàquet\*  
**Hamburguesa\*** de lluç al forn/planxa  
Patates **xips\***  
**Crema de soja sabor xocolata#**

21

Cigrons a la provençal  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

22

**Crema\*** de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
**Fruita\***

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

24

**Puré\*** de carbassa i pastanaga  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

27

Arròs vaporitzat amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Fruita\***

28

**Puré\*** de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

29

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam (sense pipes)  
**Fruita\***

30

**Espirals#** al pesto (sense formatge ni làctics)  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\***

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

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@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**\*\*Plat o producte sense lleties, cigrons, pèsols, ou ni PLV. # Producte sense lleties, cigrons, pèsols, ou ni PLV.**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

FESTA

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Tomàquet al forn  
Fruita

Arròs amb herbes aromàtiques  
Calamars a l'**andalusa casolans\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

6

Sopa de pasta (amb brou vegetal, sense cigrons)  
Llom **empanat#** amb samfaina  
Fruita

7

Patates guisades amb hortalisses  
Gall dindi a l'orenga  
Amanida d'enciam (**#sense formatge ni làctics**)  
Fruita

8

Arròs amb xampinyons (**#sense formatge ni làctics**)  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossades#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

Espaguetis al pesto (**#sense formatge ni làctics**)  
Pollastre al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10

Patates estofades amb hortalisses  
**Salsitxes\*** d'au amb daus de patates al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

14

Macarrons amb amb salsa de tomàquet (**#sense formatge ni làctics**)  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

15

Arròs vaporitzat amb tomàquet (**#sense formatge ni làctics**)  
Bistec de vedella a la planxa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

Sopa de brou vegetal amb pasta maravella  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

17

**Crema\*** de bròquil  
Gall dindi **condimentat amb curri\***  
Guarnició d'arròs blanc  
Fruita

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Macarrons amb salsa de tomàquet (**#sense formatge ni làctics**)  
Bistec de vedella al forn/planxa  
Patates **xips\***  
Fruita

21

Patates a la provençal  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

**Crema\*** de porro i patata  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
Guarnició d'arròs vaporitzat  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Gall dindi amb poma  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

24

**Puré\*** de carbassa i pastanaga  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

27

Arròs vaporitzat amb **verdurettes\***  
Peix blau\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

28

**Puré\*** de carbassó  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

29

Patates estofades amb espinacs  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

30

Espirals al pesto (**#sense formatge ni làctics**)  
Estofat de gall dindi  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
Iogurt 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

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

DADES DE CONTACTE

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





## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Administrar els triturats amb xeringa, segons pauta mèdica.

\*\*\* Tots els triturats s'enriqueixen amb 2 formatgets + 2 cullerades d'oli d'oliva

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

1  
FESTA

2  
Triturat de pasta (120g) amb peix blanc (100g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruita

3  
Triturat de lenties (120g) amb peix blanc (100g) i verdures  
\*\*\*  
logurt natural ECO sense sucre

6  
Triturat de patata (100g) amb verdures i carn magra (75g)  
\*\*\*  
Triturat de fruites

7  
Triturat de patata (100g) amb galldindi (75g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruites

8  
Triturat de peix (100g) amb arròs (120g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruita

9  
Triturat de pasta (120g) amb pollastre (75g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruita

10  
Triturat de cigrons (120g) amb verdures i amb ou (60g)  
\*\*\*  
logurt natural sense sucre

13  
Triturat de patata (100g) amb pollastre (75g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruites

14  
Triturat de pasta (120g) amb peix blanc (100g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruita

15  
Triturat de d'arròs (120g) amb ou (60g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruites

16  
Triturat de pasta (120g) amb peix fresc (100g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruita

17  
Triturat de d'arròs (120g) amb gall dindi (75g) i verdures  
\*\*\*  
logurt natural ECO sense sucre

20  
**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Triturat de pasta (120g) amb hamburguesa de vedella (75g) i verdures  
\*\*\*

21  
Triturat de cigrons (120g) amb pollastre (75g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruites

22  
Triturat de d'arròs (120g) amb peix blanc (100g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruites

23  
Triturat de patata (100g) amb galldindi (75g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruites

24  
Triturat de patata (100g) amb ou (60g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruites

Crema de xocolata

27  
Triturat de d'arròs (120g) amb peix blau (100g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruites

28  
Triturat de patata (100g) amb verdures i pollastre (75g)  
\*\*\*  
Triturat de fruites

29  
Triturat de cigrons (120g) amb verdures i amb ou (60g)  
\*\*\*  
Triturat de fruites

30  
Triturat de pasta (120g) amb galldindi (75g) i verdures  
\*\*\*  
Triturat de fruita

## 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

