

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*\*Sense amanides de pasta, fregits/arrebossats ni salses ni verdures flatulentes (col, coliflor), sense PLV ni pa d'acompanyament.**

**27**  
**\*Llegums sense salses.**  
Preferència coccions suaus (planxa, forn)

**28**  
**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

**1**  
Arròs vaporitzat amb tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn/planxa  
**\*\***

**4**  
Crema de carbassa\*\*  
Hamburguesa **vegetal\*\***  
Fruita  
SENSE PA

**5**  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Fruita  
SENSE PA

**6**  
Bledes\*\* amb patata  
Salsitxes de porc al forn  
Fruita  
SENSE PA

**7**  
Llenties **amb oli d'oliva\***  
Trita de patates  
Fruita  
SENSE PA

**8**  
**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Sopa de brou vegetal (sense pasta)  
Pollastre al forn  
Patates xips  
Fruita  
SENSE PA

**11**  
Arròs amb xampinyons\*\*  
Trita de gall dindi  
Fruita  
SENSE PA

**12**  
Sopa de brou vegetal (sense pasta)  
Pollastre al forn  
Fruita  
SENSE PA

**13**  
Patates estofades amb hortalisses\*\*  
Peix blanc\*\* al forn  
Fruita  
SENSE PA

**14**  
Patates **amb oli d'oliva i alfàbrega\***  
Daus de gall dindi a la provençal\*\*  
Fruita  
SENSE PA

**15**  
Cigrons **amb oli d'oliva\***  
Peix blau\*\* al forn  
Fruita  
SENSE PA

**18**  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Trita de formatge la francesa (sense formatge ni làctics)  
Fruita  
SENSE PA

**19**  
Patates **amb oli d'oliva i alfàbrega\*** (sense formatge ni làctics)  
Hamburguesa **vegetal\*\***  
Fruita  
SENSE PA

**20**  
Mongeta tendra\*\* amb patata  
Pollastre al forn  
Fruita  
SENSE PA

**21**  
Sopa de brou vegetal (sense pasta)  
Peix fresc de mercat al forn/planxa  
Fruita  
SENSE PA

**22**  
Mongetes blanques **amb oli d'oliva\***  
Vedella a la planxa amb guarnició xampinyons saltejats amb oli d'oliva  
Fruita  
SENSE PA

**25**  
VACANCES PRIMAVERA

**26**  
VACANCES PRIMAVERA

**27**  
VACANCES PRIMAVERA

**28**  
VACANCES PRIMAVERA

**29**  
VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
iogurt 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)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



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

