

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**26**  
\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

27

28

29

1

Macarrons amb tomàquet casolà  
Peix blanc\*\* amb sanfaina (sofregit casolà)  
Amanida d'enciam i remolatxa

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet casolana  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

6

Bledes amb patata  
Carn magra de vedella al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7

Llenties estofades amb hortalisses  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8

**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**

Brou de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates al forn

11

Arròs amb xampinyons  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i un tall petit de formatge fresc  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* a la planxa amb picada d'all i julivert  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis amb pesto d'alfàbrega (sense formatge)  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet casolana  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

19

Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturtitzada  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

21

Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat al forn/planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Bistec de vedella a la planxa  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

26

VACANCES PRIMAVERA

27

VACANCES PRIMAVERA

28

VACANCES PRIMAVERA

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

26

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

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal (80g)  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Arròs vaporitzat (90g) amb xampinyons  
Truita a la francesa (100g d'ou)  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat (90g) amb salsa de tomàquet casolana  
Truita a la francesa (100g d'ou)  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

27

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

5

Arròs vaporitzat (90g) amb salsa de tomàquet casolana  
Peix blanc\*\* (120g) al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal (amb **40g** de cigró i **40g** de mongeta, brou vegetal i pasta (90g))  
Pollastre (100g) amb llimona  
Amanida d'enciam i un tall petit de formatge fresc  
Fruita

19

Macarrons (90g) amb bolonyesa de soja texturitzada (80g) (sofregit casolà)  
Hamburguesa vegetal (80g)  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

28

6

Bledes amb patata (100g)  
Carn magra de vedella (100g) al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates (100g) estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* (120g) a la planxa amb picada d'all i julivert  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

Coliflor amb patata (100g)  
Pollastre (100g) al forn  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

27

VACANCES PRIMAVERA

29

7

Llenties (80g) estofades amb hortalisses  
Truita a la francesa (100g d'ou)  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis (90g) amb pesto d'alfàbrega (sense formatge)  
Daus de gall dindi (100g) a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt desnatat natural ECO sense sucre

21

Sopa de brou vegetal amb pasta (90g)  
Peix fresc de mercat (120g) al forn/planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt desnatat natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

1

Macarrons (90g) amb tomàquet casolà  
Peix blanc\*\* (120g) amb sanfaina (sofregit casolà)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou de pagesa  
Pollastre (100g) al forn  
Patates al forn (50g)  
logurt desnatat natural ECO sense sucre

15

Cigrons (80g) estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* (120g) al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Mongetes blanques (80g) saltejades amb all i julivert  
Bistec de vedella (100g) a la planxa  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

26  
**\*Plat o producte sense gluten, lactosa, ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte. #Producte especial sense gluten ni lactosa.**

27  
**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

1  
**Macarrons#** amb tomàquet casolà  
Peix blanc\*\* amb samfaina (sofregit casolà)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Crema de carbassa  
**Hamburguesa\*** vegetal de cigrons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

5  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet casolana  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

6  
Bledes amb patata  
Carn magra de vedella al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7  
**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8  
**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou vegetal de pagesa (amb **pasta#**)  
Pollastre al forn  
Patates al forn

11  
Arròs amb xampinyons  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

12  
Escudella barrejada amb brou vegetal (amb **pasta#**)  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i un tall petit de **formatge#** fresc  
Fruita

13  
Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* a la planxa amb picada d'all i julivert  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14  
**Espaguetis#** amb pesto d'alfabrega (sense formatge)  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
**logurt desnatat natural sense lactosa#**

**logurt desnatat natural sense lactosa#**  
15  
Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet casolana  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

19  
**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada sense gluten#**  
**Hamburguesa\*** vegetal de cigrons  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20  
Coliflor amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

21  
Sopa de brou vegetal amb **pasta#**  
Peix fresc de mercat al forn/planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt desnatat natural sense lactosa#**

22  
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Bistec de vedella a la planxa  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

25  
VACANCES PRIMAVERA

26  
VACANCES PRIMAVERA

27  
VACANCES PRIMAVERA

28  
VACANCES PRIMAVERA

29  
VACANCES PRIMAVERA

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

26

**\*Plat o producte sense gambes**

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Arròs amb xampinyons  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet casolana  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

27

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

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet casolana  
**Peix blanc\*\* (Rap\*)** al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i un tall petit de formatge fresc  
Fruita

19

Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturtitzada  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

28

6

Bledes amb patata  
Carn magra de vedella al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de **peix blanc\*\* (Gall de Sant Pere\*)** la planxa amb picada d'all i julivert  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

29

7

Llenties estofades amb hortalisses  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis amb pesto d'alfàbrega (sense formatge)  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre

21

Sopa de brou vegetal amb pasta  
**Peix fresc de mercat (Rap\*)** al forn/planxa  
Amanida d'enciam i olives  
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

1

Macarrons amb tomàquet casolà  
Peix blanc\*\* amb sanfaina (sofregit casolà)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

ÒPAT DEL DIA DE LA DONA

Brou vegetal de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates al forn  
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
**Peix blau\*\* (Palometa\*)** al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Bistec de vedella a la planxa  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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

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

26

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

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Rissotto de xampinyons  
Truita de gall dindi  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

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

25

VACANCES PRIMAVERA

27

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

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

19

Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada  
Formatge ratllat  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

28

6  
Bledes amb patata  
Salsitxes de porc al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

29

7  
Llenties estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis amb pesto  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

21

Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

1

Macarrons amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates xips  
Crema de xocolata

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Fricandó de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

26

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

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Rissotto de xampinyons  
Trita de gall dindi  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

27

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

19

Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada  
Formatge ratllat  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

28

Bledes amb patata  
Salsitxes vegetals al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

29

Llenties estofades amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis amb pesto  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

21

Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

1

Macarrons amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou vegetal de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates xips  
Crema de xocolata

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Fricandó de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

26

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

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Rissotto de xampinyons  
Trita de gall dindi  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

27

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

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
**Peix blanc\*\* (Rap\*)** al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

19

Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada  
Formatge ratllat  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

28

6  
Bledes amb patata  
Salsitxes vegetals al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de **peix blanc\*\* (Gall de Sant Pere\*)** arrebossat  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

29

7  
Llenties estofades amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis amb pesto  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

21

Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat (**Rap\***)  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

1

Macarrons amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou vegetal de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates xips  
Crema de xocolata

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
**Peix blau\*\* (Palometa\*)** al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Fricandó de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



## DILLUNS

26

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

4

Crema de carbassa  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

11

Rissotto de xampinyons  
 Truita de **gall dindi\***  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

18

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

25

VACANCES PRIMAVERA

## DIMARTS

27

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

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
 Peix blanc\*\* al forn  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
 Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal (amb **pasta#**)  
 Pollastre amb llimona  
 Amanida d'enciam i formatge fresc  
 Fruita

19

**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada sense gluten#**  
 Formatge ratllat  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

## DIMECRES

28

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

6

Bledes amb patata  
**Salsitxes\*** de porc al forn  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
 Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat#**  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

## DIJOUS

29

**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
 Truita de patates  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

14

**Espaguetis#** amb pesto  
 Daus de gall dindi a la provençal  
 Amanida d'enciam i poma  
 logurt natural ECO sense sucre

21

Sopa de brou vegetal amb **pasta#**  
 Peix fresc de mercat  
 Amanida d'enciam i olives  
 logurt natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

## DIVENDRES

1

**Macarrons#** amb tomàquet  
 Peix blanc\*\* amb samfaina  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

8

**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**  
 Brou de pagesa (amb **pasta#**)  
 Pollastre al forn  
 Patates xips  
 Crema de xocolata

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
 Peix blau\*\* al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

22

**Mongetes blanques saltejades amb all i julivert**  
**Fricandó\*** de vedella  
 Guarnició xampinyons saltejats  
 Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
 logurt 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@fundesplai.org





## DILLUNS

26

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

4

Crema de carbassa  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Rissotto de xampinyons  
Trita de **gall dindi\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

## DIMARTS

27

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

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal (amb **pasta#**)  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

19

**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada sense gluten#**  
Formatge ratllat  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

## DIMECRES

28

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

6

Bledes amb patata  
**Salsitxes vegetals de tofu\*** al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

## DIJOUS

29

**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

**Espaguetis#** amb pesto  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

21

Sopa de brou vegetal amb **pasta#**  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

## DIVENDRES

1

**Macarrons#** amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou vegetal de pagesa (amb **pasta#**)  
Pollastre al forn  
Patates xips  
Crema de xocolata

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

**Mongetes blanques saltejades amb all i julivert**  
**Fricandó\*** de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

26

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

4

Crema de carbassa  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Arròs amb xampinyons  
Truita de **gall dindi\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Truita de **formatge#**  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

27

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

**# Producte especial sense gluten ni lactosa.**

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal (amb **pasta#**)  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i **formatge#** fresc  
Fruita

19

**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada sense gluten#**  
Formatge ratllat  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

28

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

6

Bledes amb patata  
**Salsitxes\*** de porc al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

29

**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

**Espaguetis#** amb pesto (amb **formatge#**)  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
**logurt natural sense lactosa ni sucre#**

21

Sopa de brou vegetal amb **pasta#**  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt natural sense lactosa ni sucre#**

28

VACANCES PRIMAVERA

1

**Macarrons#** amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou de pagesa (amb **pasta#**)  
Pollastre al forn  
Patates xips

**Crema de soja (sabor xocolata)#**

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
**Fricandó\*** de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

26

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

4

Crema de carbassa  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Arròs amb xampinyons  
Trita de **gall dindi\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

27

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

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal (amb **pasta#**)  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam (**sense** formatge ni làctics)  
Fruita

19

**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada sense gluten#** (**sense** formatge ni làctics)  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

28

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

6

Bledes amb patata  
**Salsitxes\*** de porc al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

29

**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

7

**Espaguetis#** amb pesto (**sense** formatge ni làctics)  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
**logurt Alpro de Coco#**

21

Sopa de brou vegetal amb **pasta#**  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt Alpro de Coco#**

28

VACANCES PRIMAVERA

1

**Macarrons#** amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou vegetal de pagesa (amb **pasta#**)  
Pollastre al forn  
Patates xips  
**logurt Alpro de Coco#**

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Trita a la francesa  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

26

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

27

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

28

29

1

Macarrons amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

6

Bledes amb patata  
Salsitxes vegetals al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7

Llenties estofades amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8

**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou vegetal de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates xips  
Crema de xocolata

11

Rissotto de xampinyons  
Trita de gall dindi  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

12

Sopa de pasta amb brou vegetal (sense llegums)  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis amb pesto  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

15

Patates estofades amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

19

Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada  
Formatge ratllat  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

21

Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

22

Patates saltejades amb all i julivert  
Fricandó de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

26

VACANCES PRIMAVERA

27

VACANCES PRIMAVERA

28

VACANCES PRIMAVERA

29

VACANCES PRIMAVERA

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

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

26

27

28

29

1

Macarrons amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

6

Bledes amb patata  
Salsitxes vegetals al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7

Llenties estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8

**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou vegetal de pagesa  
Peix blanc\*\* al forn  
Patates xips  
Crema de xocolata

11

Rissotto de xampinyons  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal  
Tofu amb verduretes  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis amb pesto  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

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

19

Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada  
Formatge ratllat  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

Coliflor amb patata  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

21

Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Truita a la francesa  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

25

VACANCES PRIMAVERA

26

VACANCES PRIMAVERA

27

VACANCES PRIMAVERA

28

VACANCES PRIMAVERA

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



### 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.

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

4  
Crema de carbassa  
Bistec de vedella  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

5  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

6  
Bledes amb patata  
Carn magra de porc al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7  
Patates estofades amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8  
**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou de **pagesa\*** (sense llegums)  
Pollastre al forn  
Patates xips  
Crema de xocolata

11  
**Rissotto\*** de xampinyons (sense pèsols)  
Trita de gall dindi  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

12  
Sopa amb brou vegetal  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

13  
Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14  
Espaguetis amb pesto  
Daus de gall dindi a la **provençal\***  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

15  
Patates estofades amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

19  
**Macarrons\*** amb salsa de tomàquet  
Formatge ratllat  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20  
Coliflor amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

21  
Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

22  
Patates saltejades amb all i julivert  
Bistec de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

25  
VACANCES PRIMAVERA

26  
VACANCES PRIMAVERA

27  
VACANCES PRIMAVERA

28  
VACANCES PRIMAVERA

29  
VACANCES PRIMAVERA

### CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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

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

26  
\*Plat o producte sense lactosa, ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.  
#Producte especial sense lactosa

27  
\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

1  
Macarrons amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Crema\* de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

5  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

6  
Bledes amb patata  
Salsitxes\* de porc al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

7  
Llenties estofades amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8  
ÀPAT DEL DIA DE LA DONA  
Brou de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates xips

11  
Arròs amb xampinyons  
Trita de gall dindi\*  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

12  
Escudella barrejada amb brou vegetal  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i formatge# fresc  
Fruita

13  
Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* arrebossat\*  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14  
Espaguetis amb pesto (amb formatge#)  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural sense lactosa ni sucre#

Crema de soja (sabor xocolata)#  
15  
Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Trita de formatge#  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

19  
Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada  
Formatge# ratllat  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20  
Coliflor amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

21  
Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural sense lactosa ni sucre#

22  
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Fricandó\* de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

25  
VACANCES PRIMAVERA

26  
VACANCES PRIMAVERA

27  
VACANCES PRIMAVERA

28  
VACANCES PRIMAVERA

29  
VACANCES PRIMAVERA

### CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:

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



Fruita de temporada  
logurt 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

### DADES DE CONTACTE

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

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

1  
 Macarrons amb tomàquet  
 Peix blanc\*\* amb samfaina  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

4  
**Crema\*** de carbassa  
 Hamburguesa vegetal  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

5  
 Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
 Peix blanc\*\* al forn  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
 Fruita

6  
 Bledes amb patata  
**Salsitxes\*** de porc al forn  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

7  
 Llenties estofades amb hortalisses  
 Truita de patates  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

8  
**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
 Brou vegetal de pagesa  
 Pollastre al forn  
 Patates xips

11  
 Arròs amb xampinyons  
 Truita de **gall dindi\***  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

12  
 Escudella barrejada amb brou vegetal  
 Pollastre amb llimona  
 Amanida d'enciam (**sense** formatge ni làctics)  
 Fruita

13  
 Patates estofades amb hortalisses  
 Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat\***  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

14  
 Espaguetis amb pesto (**sense** formatge ni làctics)  
 Daus de gall dindi a la provençal  
 Amanida d'enciam i poma  
**logurt de soja#**

**Crema de soja (sabor xocolata)#**  
 15  
 Cigrons estofats amb hortalisses  
 Peix blau\*\* al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

18  
 Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
 Truita a la francesa  
 Amanida d'enciam i poma  
 Fruita

19  
 Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturtizada (**sense** formatge ni làctics)  
 Hamburguesa vegetal  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

20  
 Coliflor amb patata  
 Pollastre al forn  
 Amanida d'enciam i cogombre  
 Fruita

21  
 Sopa de brou vegetal amb pasta  
 Peix fresc de mercat  
 Amanida d'enciam i olives  
**logurt de soja#**

22  
 Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
 Truita a la francesa  
 Guarnició xampinyons saltejats  
 Fruita

25  
 VACANCES PRIMAVERA

26  
 VACANCES PRIMAVERA

27  
 VACANCES PRIMAVERA

28  
 VACANCES PRIMAVERA

29  
 VACANCES PRIMAVERA

### CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
 logurt 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@fundesplai.org





DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

26  
**\*Plat o producte sense PLV, llegums, fruits secs ni traces. Revisar l'etiquetatge del producte.**

**# Producte especial sense PLV, llegums ni fruits secs**

Crema\* de carbassa  
Bistec de vedella  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11  
Arròs amb xampinyons  
Truita de **gall dindi\***  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

25  
VACANCES PRIMAVERA

27  
**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

5  
Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam (sense pipes de girasol)  
Fruita

12  
Sopa amb brou vegetal (sense llegums)  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam (sense formatge ni làctics)  
Fruita

19  
Macarrons amb tomàquet (sense formatge ni làctics)  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26  
VACANCES PRIMAVERA

28  
6  
Bledes amb patata  
Carn magra de porc al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13  
Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20  
Coliflor amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

27  
VACANCES PRIMAVERA

29  
7  
Patates estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14  
Espaguetis amb pesto (sense formatge ni làctics)  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
**logurt de cabra#**

21  
Sopa de brou vegetal amb pasta  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt de cabra#**

28  
VACANCES PRIMAVERA

1  
Macarrons amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8  
**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates xips  
**logurt de cabra#**

15  
Patates estofades amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22  
Patates saltejades amb all i julivert  
**Fricandó\*** de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29  
VACANCES PRIMAVERA

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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

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

\*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.

4

Crema de carbassa  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

11

Rissotto de xampinyons  
Truita de gall dindi  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

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

25

VACANCES PRIMAVERA

27

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

12

Escudella barrejada amb brou vegetal  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

19

Macarrons amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada  
Formatge ratllat  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

26

VACANCES PRIMAVERA

28

Bledes amb patata  
Salsitxes de porc al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

13

Patates estofades amb hortalisses  
Croquetes de mill  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

20

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

27

VACANCES PRIMAVERA

29

Llenties estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

14

Espaguetis amb pesto  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

21

Sopa de brou vegetal amb pasta  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

1

Macarrons amb tomàquet  
Truita farcida amb samfaina  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

8

ÀPAT DEL DIA DE LA DONA  
Brou de pagesa  
Pollastre al forn  
Patates xips  
Crema de xocolata

15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Fricandó de vedella  
Guarnició xampinyons saltejats  
Fruita

29

VACANCES PRIMAVERA

### CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**\*\*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, poma verda, kiwi, albercoc, maduixa i llimona

**S'utilitza pasta de blat 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.**

28

29

1

**Macarrons#** amb tomàquet casolà  
 Gall dindi a la planxa amb samfaina (sofregit casolà)  
 Amanida d'enciam (**sense** remolatxa)  
**Fruita\***

4  
**Crema\*** de carbassó (**sense** carbassa)  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
 Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

5  
**Quinoa\*** amb salsa de tomàquet casolà  
 Carn de vedella a la planxa  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**logurt Alpro de Coco#**

6  
 Bledes saltejades amb all (**sense** patata)  
 Carn d'au al forn  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
**Fruita\***

7  
**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
 Gall dindi a la planxa  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

8  
**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
 Sopa de **quinoa\***  
 Pollastre al forn  
 Amanida d'enciam (**sense** patates xips)  
**logurt Alpro de Coco#**

11  
**Quinoa\*** amb xampinyons  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

12  
 Escudella barrejada amb brou vegetal (amb **pasta#**)  
 Pollastre amb llimona  
 Amanida d'enciam (**sense** formatge ni làctics)  
**logurt Alpro de Coco#**

13  
 Verdures saltejades (**sense** carbassa ni patata)  
 Carn d'au **arrebossada#**  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

14  
**Espaguetis#** amb pesto (**sense** formatge ni làctics)  
 Daus de gall dindi a la provençal  
 Amanida d'enciam i poma  
**logurt Alpro de Coco#**

15  
 Cigrons estofats amb hortalisses  
 Vedella a la planxa  
 Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

18  
**Quinoa\*** amb salsa de tomàquet casolana  
 Gall dindi a la planxa  
 Amanida d'enciam i poma  
**Fruita\***

19  
**Macarrons#** amb tomàquet casolà (**sense** formatge ni làctics)  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt Alpro de Coco#**

20  
 Coliflor a l'allet (**sense** patata)  
 Pollastre al forn  
 Amanida d'enciam i cogombre  
**Fruita\***

21  
 Sopa de brou vegetal amb **pasta#**  
**Salsitxes\*** d'au al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
**logurt Alpro de Coco#**

22  
 Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
**Fricandó\*** de vedella  
 Guarnició xampinyons saltejats  
**Fruita\***

25  
 VACANCES PRIMAVERA

26  
 VACANCES PRIMAVERA

27  
 VACANCES PRIMAVERA

28  
 VACANCES PRIMAVERA

29  
 VACANCES PRIMAVERA

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
 logurt 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



## DILLUNS

**EVITAR:** productes **picuïnats 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.

4

**Crema\*** de carbassó (sense carbassa)

Bistec de vedella

Amanida d'enciam i olives\*\*

**Fruita del temps\***

11

Arròs blanc vaporitzat amb xampinyons\*\*

Truita a la francesa

Amanida d'enciam i olives\*\*

**Fruita del temps\***

18

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet

Truita de **formatge#**

Amanida d'enciam (sense poma)

**Fruita del temps\***

25

VACANCES PRIMAVERA

## DIMARTS

\***FRUITA LIMITADA (7/2/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.

5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet casolà

Peix blanc\*\* al forn

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

**Fruita del temps\***

12

Sopa de pasta blanca amb brou vegetal (sense llegums)

Pollastre amb llimona\*\*

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

**Fruita del temps\***

19

Macarrons amb tomàquet casolà

**Formatge#** ratllat

Gall dindi a la planxa

Amanida d'enciam (sense pastanaga)

**Fruita del temps\***

26

VACANCES PRIMAVERA

## DIMECRES

28

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

6

Bledes\*\* amb patata

Carn magra de porc al forn

Amanida d'enciam i blat de moro\*\*

**Fruita del temps\***

13

Patates estofades amb hortalisses\*\*

Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat#**

Amanida d'enciam (sense pastanaga)

**Fruita del temps\***

20

Coliflor\*\* amb patata

Pollastre al forn

Amanida d'enciam i cogombre\*\*

**Fruita del temps\***

27

VACANCES PRIMAVERA

## DIJOUS

29

Llenties\*\* (**limitar quantitat**) estofades amb hortalisses\*

Truita de patates

Amanida d'enciam (sense pastanaga)

**Fruita del temps\***

7

14

Espaguetis amb pesto (amb **formatge#**)

Daus de gall dindi a la **provençal\***

Amanida d'enciam (sense poma)

**logurt natural ECO sense sucre ni lactosa#**

21

Sopa de brou vegetal amb pasta blanca

Peix fresc de mercat

Amanida d'enciam i olives

**logurt natural ECO sense sucre ni lactosa#**

28

VACANCES PRIMAVERA

## DIVENDRES

1

Macarrons amb tomàquet casolà

Peix blanc\*\* amb samfaina\* (sofregit casolà)

Amanida d'enciam i remoltxa

**Fruita del temps\***

8

ÒPAT DEL DIA DE LA DONA

Brou de pagesa amb pasta blanca

Pollastre al forn

Patates al forn

**logurt natural ECO sense sucre ni lactosa#**

15

Patates estofades amb hortalisses\*\*

Peix blau\*\* al forn

Amanida d'enciam i olives\*\*

**Fruita del temps\***

22

Patates saltejades amb all i julivert

Bistec de vedella

Guarnició xampinyons\*\* saltejats

**Fruita del temps\***

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

S'utilitza pasta de blat **26** 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.**

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

29

1

**Macarrons#** amb tomàquet  
Peix blanc\*\* amb **sanfaina\***  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\***

4

**Crema\*** de carbassa  
**Hamburguesa vegetal\*** de cigrons (sense soja)  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***



5

Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam (sense pipes de girasol)  
**Fruita\***



6

Bledes amb patata  
**Salsitxes\*** de porc al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Fruita\***



7

**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***



8

**ÒPAT DEL DIA DE LA DONA**  
Brou vegetal de pagesa amb **pasta#**  
Pollastre al forn  
Patates **xips\***  
**logurt Alpro de Coco#**

11

Arròs amb xampinyons  
Trita de **gall dindi\***  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***



12

Escudella barrejada amb brou vegetal amb **pasta#**  
Pollastre amb llimona  
Amanida d'enciam (sense formatge ni làctics)  
**Fruita\***



13

Patates estofades amb hortalisses  
Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat#**  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***



14

**Espaguetis#** amb alfàbrega (sense formatge ni làctics)  
Daus de gall dindi a la provençal  
Amanida d'enciam i poma\*  
**logurt Alpro de Coco#**



15

Cigrons estofats amb hortalisses  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

18

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



19

**Macarrons#** amb tomàquet (sense formatge ni làctics)  
**Hamburguesa vegetal\*** de cigrons (sense soja)  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***



20

Coliflor amb patata  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i cogombre  
**Fruita\***



21

Sopa de brou vegetal amb **pasta#**  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt Alpro de Coco#**



22

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Trita a la francesa  
Guarnició xampinyons saltejats  
**Fruita\***

25

VACANCES PRIMAVERA



26

VACANCES PRIMAVERA



27

VACANCES PRIMAVERA



28

VACANCES PRIMAVERA



29

VACANCES PRIMAVERA

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

26  
**\*\*Plat o producte sense llienties, cigrons, pèsols, ou ni PLV.**  
**# Producte sense llienties, cigrons, pèsols, ou ni PLV.**

27  
**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

1  
 Macarrons amb tomàquet  
 Peix blanc\*\* amb **sanfaina\***  
 Amanida d'enciam i remolatxa  
 Fruita

4  
**Crema\*** de carbassa  
**Hamburguesa\* vegetal** de tofu i xampinyons  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

5  
 Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
 Peix blanc\*\* al forn  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
 Fruita

6  
 Bledes amb patata  
 Carn magra de porc al forn (**sense** salsitxes ni processats càrnics)  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
 Fruita

7  
 Patates estofades amb hortalisses  
 Gall dindi a la planxa  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

8  
**ÀPAT DEL DIA DE LA DONA**  
 Brou de pagesa  
 Pollastre al forn  
 Patates xips  
 Fruita

11  
**Rissotto\*** de xampinyons  
 Gall dindi a la planxa  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

12  
**Escudella\*** barrejada amb brou vegetal (**sense** cigrons)  
 Pollastre amb llimona  
 Amanida d'enciam (**sense** formatge ni làctics)  
 Fruita

13  
 Patates estofades amb hortalisses  
 Tiretes de peix blanc\*\* **arrebossat#**  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

14  
 Espaguetis amb pesto (**sense** formatge ni làctics)  
 Daus de gall dindi a la **provençal\***  
 Amanida d'enciam i poma  
 Fruita

15  
 Patates estofades amb hortalisses  
 Peix blau\*\* al forn  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

18  
 Arròs vaporitzat amb salsa de tomàquet  
 Gall dindi a la planxa  
 Amanida d'enciam i poma  
 Fruita

19  
 Macarrons amb tomàquet (**sense** formatge ni làctics)  
**Hamburguesa\* vegetal** de tofu i xampinyons  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita

20  
 Coliflor amb patata  
 Pollastre al forn  
 Amanida d'enciam i cogombre  
 Fruita

21  
 Sopa de brou vegetal amb pasta  
 Peix fresc de mercat  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita

22  
 Mongetes blanques\*\* saltejades amb all i julivert  
**Fricandó\*** de vedella  
 Guarnició xampinyons saltejats  
 Fruita

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

26

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

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

4

Triturat de patata (100g) amb carbassa amb hamburguesa vegetal (75g)

\*\*\*

Triturat de fruites

11

Triturat d'arròs (120g) amb ou (60g) i verdures

\*\*\*

Triturat de fruites

18

Triturat d'arròs (120g) amb xampinyons i ou (60g)

\*\*\*

Triturat de fruites

25

VACANCES PRIMAVERA

27

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

5

Triturat d'arròs (120g) amb xampinyons i peix blanc (100g)

\*\*\*

Triturat de fruites

12

Triturat de pasta (120g) amb verdures i pollastre (75g)

\*\*\*

Triturat de fruites

19

Triturat de pasta (120g) amb hamburguesa vegetal (75g)

\*\*\*

Triturat de fruites

26

VACANCES PRIMAVERA

28

6

Triturat de patata (100g) amb verdures i salsitxes de porc (75g)

\*\*\*

Triturat de fruites

13

Triturat de patata (100g) amb verdures i peix blanc (100g)

\*\*\*

Triturat de fruites

20

Triturat de patata (100g) amb verdures i pollastre (75g)

\*\*\*

Triturat de fruites

27

VACANCES PRIMAVERA

29

7

Triturat de lenties (120g) i verdures amb ou (60g)

\*\*\*

Triturat de fruites

14

Triturat de pasta (120g) amb verdures i gallindi (75g)

\*\*\*logurt natural ECO sense sucre

21

Triturat de pasta (120g) amb verdures i peix fresc (100g)

\*\*\*

logurt natural ECO sense sucre

28

VACANCES PRIMAVERA

1

Triturat de pasta (120g) amb verdures i peix blanc (100g)

\*\*\*

Triturat de fruites

8

ÒPAT DEL DIA DE LA DONA

Triturat de pasta (100g) amb verdures i pollastre (75g)

\*\*\*

Crema de xocolata

15

Triturat de cigrons (120g) amb verdures i peix blau (100g) i verdures

\*\*\*

Triturat de fruites

22

Triturat de mongetes blanques (120g) amb verdures i vedella (75g)

\*\*\*

Triturat de fruites

29

VACANCES PRIMAVERA

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt 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@fundesplai.org

