

Menú hipercalòrica Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana amb formatge ratllat Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó amb Crostons de pa Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

Posar els primers amb més quantitat d'hidrat de carboni.

Dissenyat per Nerea Cano

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, Seitò entre d'altres



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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú hipocalòric Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Truita a la francesa Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Filet de carn magra de porc a la planxa Samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana amb formatge ratllat Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix de Mercat a la planxa Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó amb Crostons de pa Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

Dissenyat per Nerea Cano

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:

eco
Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)

aint
Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals

prox
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, Seitò entre d'altres

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú hipocalòric s/gluten, s/porc, s/lactosa Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural sense sucre s/lactosa	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana (s/g i s/ou) Cuixa de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Filet de gall dindi a la planxa Samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana (s/g i s/o) Truita a la francesa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix de Mercat a la planxa Amanida d'enciam i poma logurt natural sense sucre s/lactosa	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana (s/g i s/o) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural sense sucre s/lactosa	Cigrons a la provençal Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

***Llenties seques, mai es poden donar de llauna.

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

Dissenyat per Nerea Cano

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/carn Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Trita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Salsitxes vegetals a la planxa Samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana amb formatge ratllat Trita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Seità a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (sense bacó) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Formatge edam arrebossat Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amballet Hamburguesa vegetal a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó amb Crostons de pa Trita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Filet de lluç amb tomàquet madur i ceba al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/cigrons Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Patates estofades amb hortalisses Trita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana amb formatge ratllat Trita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Patates estofades amb hortalisses Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó amb Crostons de pa Trita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

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, Seitò entre d'altres


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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/gluten Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge (s/g i s/o) Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana (s/g i s/o) amb formatge ratllat Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (s/so) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

***Llenties seques, mai es poden donar de llauna.

Plat i àpats sense gluten ni traces.

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, Seitò entre d'altres


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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/gluten, plv ni vedella, soja, albergínia, fruits secs, cacauet, fruita** - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	Cigrons estofats amb verdures Trita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana s/so Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Filet de carn magra de porc a la planxa Patata al caliu Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana s/so Trita a la francesa Enciams variats amanits Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma Gelatina de maduixa	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana s/so Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre Gelatina de maduixa	Cigrons a la provençal Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Filet de gall dindi a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Trita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Fruita de temporada			

***Llenties seques, mai es poden donar de llauna.

FRUITA A EVITAR: pinya, kiwi, prèsec ni raïm

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/gluten, s/lactosa Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural sense sucre s/lactosa	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana (s/g i s/ou) Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana (s/g i s/o) Truita a la francesa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural sense sucre s/lactosa	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana (s/g i s/o) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural sense sucre s/lactosa	Cigrons a la provençal Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

***Llenties seques, mai es poden donar de llauna.

Plat i àpats sense gluten, lactosa ni traces.

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/gluten, s/porc Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana (s/g i s/ou) Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Salsitxes vegetals (s/g) Samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana (s/g i s/o) amb formatge ratllat Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana (s/g i s/o) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

***Llenties seques, mai es poden donar de llauna.

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, Seitò entre d'altres


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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/lactosa Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural sense sucre s/lactosa	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge s/lactosa Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana Truita a la francesa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural sense sucre s/lactosa	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (s/lactosa) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural sense sucre s/lactosa	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/lactosa, s/fructosa, s/sorbitol Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga ni ceba) Bacallà al forn Fruita de temporada segons tolerància	Arròs i lleties bullides amb oli d'oliva Truita a la francesa Fruita de temporada segons tolerància	Macarrons saltats amb pollastre Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Filet de carn magra de porc a la planxa Patata al caliu Fruita de temporada segons tolerància
15	16	17	18	19
Lleties bullides amb oli d'oliva Bacallà al forn Amanida d'enciam i tomàquet	Llacets bullits amb oli d'oliva Truita a la francesa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada segons tolerància	Patata bullida amb oli d'oliva Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada segons tolerància	Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga ni ceba) Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits logurt de soja	Crema de carbassó i patata (s/ceba) Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits
22	23	24	25	26
Espaguetis bullits amb oli d'oliva Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt de soja	Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	Arròs bullit amb oli d'oliva Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada segons tolerància	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Fruita de temporada segons tolerància	Crema de carbassó i patata (s/ceba) Truita a la francesa Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància
29	30			
Lleties bullides amb oli d'oliva Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga ni ceba) Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada segons tolerància			

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

*FRUITES A EVITAR: caqui, pera, poma, magrana, cireres, kiwi, raïm, gerds, mores o fruits del bosc, almívans, compotes ni fruita deshidratada. *FRUITA LIMITADA (1-2/dia): Mandarina, alber ..

**Adaptar el menú i oferir els aliments segons tolerància individual, d'acord amb pauta mèdica.



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, Seitò entre d'altres



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

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menu s/llegums Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Patates estofades amb hortalisses Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana (s/o) Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Filet de carn magra de porc a la planxa Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Patates estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana s/so amb formatge ratllat Truita de formatge Enciams variats amanits Fruita de temporada	Patates estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (s/so) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Patates estofades amb hortalisses Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Filet de gall dindi a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Patates estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

**Sense pèsols ni mongeta tendra

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, Seitò entre d'altres



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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/lenties, s/cigrons, s/pèsols, s/ou, s/plv

Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt de soja	Patates estofades amb hortalisses Filet de gall dindi a la planxa Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa vegetal de soja (s/ou, gluten ni plv) Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Patates estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana (s/g i s/o) Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt de soja	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana (s/g i s/o) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt de soja	Patates estofades amb hortalisses Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Patates estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/peix i s/ceba Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga ni ceba) Filet de gall dindi a la planxa Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons bullits amb oli d'oliva Truita a la francesa Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons saltats amb pollastre Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de pollastre a la planxa Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties bullides amb oli d'oliva Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets amb oli i orenga amb formatge ratllat Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes seques bullides amb oli d'oliva Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga ni ceba) amb formatge ratllat Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Crema de carbassó i patata (s/ceba) Filet de gall dindi a la planxa amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis bullits amb oli d'oliva Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons bullits amb oli d'oliva Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga ni ceba) Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata (s/ceba) amb Crostons de pa Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties bullides amb oli d'oliva Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga ni ceba) Filet de gall dindi a la planxa Samfaina Fruita de temporada			

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

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/PLV, llet, xocolata ni sucres Escola CEE Frascosc Bellapart - Setembre



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt de soja	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons saltats amb pollastre Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana Truita a la francesa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt de soja	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt de soja	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

Dissenyat per Nerea Cano

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, Seitò entre d'altres



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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/plv, s/vedella Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt de soja	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons saltats amb pollastre Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana Truita a la francesa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt de soja	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt de soja	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Filet de gall dindi a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

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

*FRUITA LIMITADA (1-2/dia): Mandarina, albercoc, prèsec, ..

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, Seitò entre d'altres


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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/porc Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Trita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de pollastre a la planxa Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana amb formatge ratllat Trita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (sense bacó) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó amb Crostons de pa Trita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

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, Seitò entre d'altres


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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/porc, s/gambes, s/calamars Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Trita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de pollastre a la planxa Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana amb formatge ratllat Trita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (sense bacó) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó amb Crostons de pa Trita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

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, Seitò entre d'altres


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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/porc, s/llenties Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Bunyols de bacallà Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Trita de patata i ceba Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de pollastre a la planxa Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Patates estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana amb formatge ratllat Trita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (sense bacó) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó amb Crostons de pa Trita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Patates estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

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, Seitò entre d'altres


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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/porc, s/ou, s/plv, s/vedella Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt de soja	Cigrons estofats amb verdures Pit de pollastre a la planxa Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana (s/g i s/ou) Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de pollastre a la planxa Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Llenties estofades amb hortalisses Bacallà al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llacets a la napolitana (s/g i s/o) Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt de soja	Purè de verdures amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana (s/g i s/o) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt de soja	Cigrons a la provençal Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Filet de gall dindi a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

Dissenyat per Nerea Cano

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, Seitò entre d'altres



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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú triturada Escola CEE Francesc Bellapart - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs bullit amb oli d'oliva Llom de bacallà a la planxa Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons estofats amb verdures Ou Pastanaga i olives Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Hamburguesa vegetal a la planxa Fruita de temporada	DIA FESTIU	Espinacs amb patata Botifarra de porc amb samfaina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
	Llacets a la napolitana amb formatge ratllat Ou Fruita de temporada	Mongetes blanques saltejades amb verdures Pollastre al forn Fruita de temporada	Arròs bullit amb oli d'oliva amb formatge ratllat Peix de Mercat a la planxa logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi a l'orenga amb Bròquil saltat Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara Salmó al forn logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Pit de pollastre a la planxa Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Filet de lluç al forn Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Crema de carbassó amb Crostons de pa Ou Fruita de temporada
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Fruita de temporada	Arròs bullit amb oli d'oliva Bacallà al forn Samfaina Fruita de temporada			

Aliments triturats i adaptats per a persones amb dificultats de masticació o deglució

*Administrar els triturats amb xeringa, segons pauta mèdica.

*Gramatges en cuit (pasta, patata, arròs)

*** Tots els triturats s'enriqueixen amb 2 formatgets + 2 ..

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, Seitò entre d'altres


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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai@fundesplai.org

