

Menú Adaptat 3 Escola CEE Francesc Bellapart - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Crema de carbassó (s/patata)
Truita a la francesa amb farina de cigró
Guarnició de pastanaga i blat de moro
Gelatina de maduixa s/sucre

Purè de verdures (s/patata)
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita de temporada

Purè de verdures (s/patata)
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Crema de pastanaga (s/patata)
Gall dindi estofat
Fruita de temporada

Crema de carbassó (s/patata)
Truita amb farina de cigro
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Pèsols bullits
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Arròs integral amb verduretes
Croquetes de mill (s/g)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

Purè de verdures (s/patata)
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Gelatina de maduixa s/sucre

Cigrons estofats amb espinacs
Daus de pollastre guisats amb bolets
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Fruita de temporada

Purè de verdures (s/patata)
Truita a la francesa amb farina de cigró
Guarnició de pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

Llenties estofades amb hortalisses
Pollastre a la llimona
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

Purè de verdures (s/patata)
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i pipes
Gelatina de maduixa s/sucre

Mongeta tendra bullida
Daus de gall dindi amb salsa de poma
Fruita de temporada

Xampinyons saltats amb oli i sal
Truita a la francesa amb farina de cigró
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

DIA FESTIU

Plat o producte sense gluten, PLV, soja ni traces.

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

Es servirà 2 cops a la semana Iogurt Alpro de Coco.

Dissenyat per Nerea Cano

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

DADES DE CONTACTE

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

