

Menú hipercalòrica Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
amb Crostons de pa
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets al pesto d'alfàbrega
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
amb Crostons de pa
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
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, 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 hipocalòric Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
amb Crostons de pa
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets amb oli i orenga
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Purè de verdures
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patata al caliu
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
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
esplai.escola@fundesplai.org



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies sense carn
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Cuixa de pollastre a la planxa
Enciams variats amanits
logurt natural sense sucre s/lactosa

8
Espirals bullits amb oli d'oliva (s/g)
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural sense sucre s/lactosa

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense sucre s/lactosa

22
Purè de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/g)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Patata al caliu
logurt natural sense sucre s/lactosa

29
Bledes amb patata
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
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
esplai.escola@fundesplai.org



Menú PKU Escola Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Verdures estofades amb patata + 13g de llegum
Truita PKU + 16g d'ou
Fruita de temporada

5
Crema de porro i patata +13g de llegum
Albergínia arrebossada
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs PKU + 45g d'arròs amb verdures
Mandonguilles de patata amb salsa de tomàquet i ceba
Fruita de temporada

7
Purè de verdures + 13g de llegum
Arròs PKU amb salsa de tomàquet + 13g de llegum (MDM)
logurt ALPRO de coco

8
(F) Pasta PKU amb xampinyons i formatge ratllat vegà (MDM)
Truita PKU + 16g d'ou
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures + 13g de llegum
Albergínia arrebossada
Fruita de temporada

13
Paella de verdures amb arròs PKU + 13g de llegum
(F) Bròquil arrebossat
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata +13g de llegum
Formatge vegà
logurt ALPRO de coco

15
Mandonguilles de patata amb salsa de tomàquet i ceba
Truita PKU + 16g d'ou
Fruita de temporada

18
Verdures estofades amb patata + 13g de llegum
Truita PKU + 16g d'ou
Fruita de temporada

19
Arròs PKU amb salsa de tomàquet + 13g de llegum (MDM)
Albergínia arrebossada
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Hamburguesa de verdures
Fruita de temporada

21
Verdures estofades amb patata + 13g de llegum
Albergínia arrebossada
logurt ALPRO de coco

22
Purè de verdures + 13g de llegum
(F) Bròquil arrebossat
Fruita de temporada

25
Pasta PKU amb salsa de tomàquet i formatge ratllat vegà
Hamburguesa de verdures
Fruita de temporada

26
Verdures estofades amb patata + 13g de llegum
(F) Bròquil arrebossat
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata + 13g de llegum
Mandonguilles de patata amb salsa de tomàquet i ceba
Fruita de temporada

28
Arròs PKU saltejat amb xampinyons + 13g de llegum
Formatge vegà
logurt ALPRO de coco

29
Bledes amb patata
Truita PKU + 16g d'ou
Fruita de temporada

Tota la truita i la pasta serà PKU

Afegir 16g d'ou líquid a les truites PKU I Afegir els gramatges en cuït als plats de pasta / arròs/ llegum:

-13g de llegums (afegir també als primers plats amb patata)

-45g d'arròs blanc menú basal

-25g de pasta blanca menú basal

-10g de pa

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
esplai.escola@fundesplai.org



Menú s/carn Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
amb Crostons de pa
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies sense carn
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets al pesto d'alfàbrega
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Seità a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Truita a la francesa amb orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Formatge edam arrebossat
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
amb Crostons de pa
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes vegetals a la planxa
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
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 - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
amb Crostons de pa
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets al pesto d'alfàbrega
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Espaguetis bullits amb oli d'oliva
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Patates a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
amb Crostons de pa
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
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/coliflor ni bròquil Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
amb Crostons de pa
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets al pesto d'alfàbrega
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
amb Crostons de pa
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

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

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/fruits secs ni marisc Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Peix blanc s/marisc ni traces al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa de carn magra
amb formatge ratllat*
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets al pesto d'alfàbrega
Peix blanc s/marisc ni traces al forn
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

11
DIA FESTIU

12
Purè de verdures
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Croquetes de mill (s/g)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Enciams variats amanits
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Purè de verdures
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Peix blau s/marisc ni traces al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

Plats i àpats lliures de fruits secs, marisc ni traces.

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: Lluc, 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 Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge (s/g i s/o)
logurt natural ECO s/sucre

8
Espirals al pesto d'alfàbrega (sg i s/o)
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Purè de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/g)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat (s/gluten ni soja)
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
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
esplai.escola@fundesplai.org



Menú s/gluten, peix,plv,porc,mel,melasses, soja, ou, patata, fruita** Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4

Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa amb farina de cigró
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5

Crema de mongeta blanca, porros i pera
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6

Crema de pastanaga (s/patata)
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7

Purè de verdures (s/patata)
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Enciams variats amanits
logurt ALPRO de coco

8

Pèsols bullits
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

11

DIA FESTIU

12

Crema de verdures de temporada (s/patata)
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13

Pastanaga bullida amb oli d'oliva
Truita a la francesa amb farina de cigró
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14

Espinacs bullits amb oli d'oliva
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt ALPRO de coco

15

Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa amb farina de cigró
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18

Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa amb farina de cigró
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19

Purè de verdures (s/patata)
Bistec de vedella a la planxa/forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20

Mongetes blanques estofades amb patata i
hortalisses (patata, tomàquet, pastanaga,
ceba i llorer)
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21

Mongeta tendra bullida
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt ALPRO de coco

22

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

25

Xampinyons saltats amb oli i sal
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26

Cigrons a la provençal
Pit de pollastre a la planxa/forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27

Crema de carbassó (s/patata)
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28

Xampinyons saltats amb oli i sal
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Enciams variats amanits
logurt ALPRO de coco

29

Bledes bullides
Truita a la francesa amb farina de cigró
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

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

*Fruita permesa: fruits del bosc, cireres, mandarina, poma verda, ..

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
esplai@fundesplai.org



Menú s/gluten, plv ni vedella, soja, albergínia, f.secs, cacauet, fruita** Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Enciams variats amanits
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Puré de verdures
Macarrons a la bolonyesa de carn magra (s/soja)
Gelatina de maduixa s/sucre

8
Espirals amb oli i orenga (s/so)
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Puré de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Pit de pollastre a la planxa/forn
Enciams variats amanits
Gelatina de maduixa s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

20
Mongetes blanques estofades amb patata i hortalisses (patata, tomàquet, pastanaga, ceba i llorer)
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
Gelatina de maduixa s/sucre

22
Puré de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/ceba ni soja)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat (s/gluten ni soja)
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Patates xips
Gelatina de maduixa s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

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

FRUITA A EVITAR: pinya, kiwi, prèsec ni raïm

Dissenyat per Nerea Cano



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

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai@fundesplai.org



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa vegetal de soja
(s/g i s/o)
logurt natural sense sucre s/lactosa

8
Espirals al pesto d'alfàbrega (s/gluten ni plv)
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural sense sucre s/lactosa

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense sucre s/lactosa

22
Purè de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/g)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat (s/gluten ni soja)
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt natural sense sucre s/lactosa

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

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

Plat i àpats sense gluten, lactosa ni traces.

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
esplai.escola@fundesplai.org



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies sense carn
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge (s/g i s/o)
logurt natural ECO s/sucre

8
Espirals al pesto d'alfàbrega (sg i s/o)
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Purè de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/g)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat (s/gluten ni soja)
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

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

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/lactosa Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge s/lactosa
logurt natural sense sucre s/lactosa

8
Llacets bullits amb oli d'oliva
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Hamburguesa casolana de tofu i xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural sense sucre s/lactosa

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense sucre s/lactosa

22
Purè de verdures
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt natural sense sucre s/lactosa

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
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, 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



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4

Llenties bullides amb oli d'oliva
Truita de formatge s/lactosa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada segons tolerància

5

Patata bullida amb oli d'oliva
Bacallà al forn
Guarnició de carbassó al forn
Fruita de temporada segons tolerància

6

Arròs bullit amb oli d'oliva
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

7

Crema de carbassó i patata (s/ceba)
Filet de carn magra de porc a la planxa
Enciams variats amanits
logurt de soja

8

Llacets bullits amb oli d'oliva
Peix fresc blanc de Mercat
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

11

DIA FESTIU

12

Crema de carbassó i patata (s/ceba)
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

13

Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga,
all ni ceba)
Tiretes de lluç casolanes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

14

Espinacs amb patata
Bistec de vedella a la planxa/forn
Amanida d'enciam i pipes
logurt de soja

15

Espaguetis bullits amb oli d'oliva
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada segons tolerància

18

Llenties bullides amb oli d'oliva
Truita de formatge s/lactosa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

19

Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga
ni ceba)
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada segons tolerància

20

Espirals amb oli i orenga
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

21

Mongeta tendra amb patata
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Enciams variats amanits
logurt de soja

22

Crema de carbassó i patata (s/ceba)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada segons tolerància

25

Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/ceba
ni soja)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada segons tolerància

26

Arròs bullit amb oli d'oliva
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada segons tolerància

27

Crema de carbassó i patata (s/ceba)
Truita a la francesa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

28

Arròs bullit amb oli d'oliva
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt de soja

29

Bledes amb patata
Truita de patata (s/ceba)
Enciams variats amanits
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, Seitó 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
esplai@fundesplai.org



Menu s/llegums Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Patates estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

5
Crema de porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (s/pèsols)
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Puré de verdures
Macarrons a la bolonyesa de carn magra
amb formatge ratllat s/so
logurt natural ECO s/sucre

8
Espirals al pesto d'alfàbrega s/so
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Puré de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Enciams variats amanits
logurt natural ECO s/sucre

15
Espaguetis bullits amb oli d'oliva (s/so)
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Patates estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

20
Espirals amb oli i orenga (s/so)
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Pastanaga amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Puré de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/ceba
ni soja)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Patates a la provençal
Pit de pollastre arrebossat (s/gluten ni soja)
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Filet de lluç a la planxa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

**Sense pèsols ni mongeta tendra

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
esplai@fundesplai.org



Menú s/llegums, gluten, lactosa, salses (tot planxa)

Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Patates estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

5
Crema de porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (s/pèsols)
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons amb salsa de tomàquet i trossets
de gall dindi (s/so)
logurt natural sense sucre s/lactosa

8
Espirals amb oli i orenga (s/so)
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

11
DIA FESTIU

12
Purè de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Bistec de vedella a la planxa/forn
Enciams variats amanits
logurt natural sense sucre s/lactosa

15
Espaguetis bullits amb oli d'oliva (s/so)
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Patates estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

20
Espirals amb oli i orenga (s/so)
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Pastanaga amb patata
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense sucre s/lactosa

22
Purè de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/ceba
ni soja)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Patates a la provençal
Pit de pollastre arrebossat (s/gluten ni soja)
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Filet de lluç a la planxa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Patates xips
logurt natural sense sucre s/lactosa

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

**Sense pèsols ni mongeta tendra

Totes les elaboracions seràn a la planxa i sense salses.

Dissenyat per Nerea Cano



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



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

Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Patates estofades amb hortalisses
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

5
Crema de porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Amanida d'arròs amb pastanaga, blat de moro i pernil salat
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat vegà
logurt de soja

8
Espirals s/soja al pesto d'alfàbrega (s/plv)
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Enciams variats amanits
logurt de soja

15
Espaguetis bullits amb oli d'oliva
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Patates estofades amb hortalisses
Pit de pollastre a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

20
Espirals amb oli i orenga
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt de soja

22
Purè de verdures
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/ceba ni soja)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Patates a la provençal
Pit de pollastre arrebossat (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Filet de lluç a la planxa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes vegetals a la planxa
Patates xips
logurt de soja

29
Bledes amb patata
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i pastanaga
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 - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
amb Crostons de pa
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
amb Crostons de pa
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets al pesto d'alfàbrega
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Croquetes de mill (s/g)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga
ni ceba)
Salsitxes vegetals a la planxa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Purè de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/ceba
ni soja)
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
amb Crostons de pa
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
amb Crostons de pa
Truita de patata (s/ceba)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

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

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, llet, xocolata ni sucres Escola CEE

Frasesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat vegà
logurt de soja

8
Llacets al pesto d'alfàbrega s/plv
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt de soja

15
Cigròns estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt de soja

22
Purè de verdures
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigròns a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt de soja

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
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: Lluc, 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



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat vegà
logurt de soja

8
Llacets al pesto d'alfàbrega s/plv
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Pit de pollastre a la planxa/forn
Amanida d'enciam i pipes
logurt de soja

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt de soja

22
Purè de verdures
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt de soja

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

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

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

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, vedella, gluten, lactosa, mel i melasses Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Purè de verdures
Macarrons a la bolonyesa vegetal de soja (s/g i s/o)
logurt de soja

8
Espirals al pesto d'alfàbrega (s/gluten ni plv)
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Purè de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Pit de pollastre a la planxa/forn
Amanida d'enciam i pipes
logurt de soja

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt de soja

22
Purè de verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/g)
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat (s/g i s/ou)
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt de soja

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

Plats i àpats lliures de PLV, gluten, mel i melasses.

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
esplai.escola@fundesplai.org



Menú s/PLV, verdures verdes ni pastanaga Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties bullides amb oli d'oliva
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs bullit amb oli d'oliva
Pollastre al forn a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

7
Crema de carbassó i patata (s/ceba)
Macarrons a la bolonyesa de carn magra
logurt de soja

8
Llacets al pesto d'alfàbrega s/plv
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Crema de carbassó i patata (s/ceba)
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga,
all ni ceba)
Tiretes de lluç casolanes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

14
Patata bullida amb oli d'oliva
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt de soja

15
Cigrons bullits amb oli d'oliva
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties bullides amb oli d'oliva
Truita a la francesa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga
ni ceba)
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques bullides amb oli d'oliva
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

21
Patata bullida amb oli d'oliva
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt de soja

22
Crema de carbassó i patata (s/ceba)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Filet de lluç a la planxa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes de porc al forn
Patates xips
logurt de soja

29
Patata bullida amb oli d'oliva
Truita de patata i ceba
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

Plats i àpats lliure de PLV ni traces.

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/porc Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
amb Crostons de pa
Bacallà al forn
Samfaina
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs tres delícies sense carn
Pollastre al forn a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

7
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets al pesto d'alfàbrega
Peix fresc blanc de Mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIA FESTIU

11

12
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

13
Paella de verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

14
Espinacs amb patata
Daus de vedella a l'orenga
Amanida d'enciam i pipes
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
amb Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita de temporada

19
Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO s/sucre

22
Puré de verdures
amb Crostons de pa
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
amb Crostons de pa
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Salsitxes vegetals a la planxa
Patates xips
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
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 triturada Escola CEE Francesc Bellapart - Maig

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

1

4
Llenties estofades amb hortalisses
Ou
Fruita de temporada

5
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Bacallà al forn
Macedònia de fruita de temporada

6
Arròs bullit amb oli d'oliva
Pollastre al forn a les fines herbes
Fruita de temporada

7
Puré de verdures
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge
logurt natural ECO s/sucre

8
Llacets al pesto d'alfàbrega
Peix fresc blanc de Mercat
Fruita de temporada

11
DIA FESTIU

12
Puré de verdures
Hamburguesa casolana de tofu i
xampinyons a la planxa
Fruita de temporada

13
Arròs bullit amb oli d'oliva
Filet de lluç a la planxa
Fruita de temporada

14
Crema de verdures de temporada
Daus de vedella a l'orenga
logurt natural ECO s/sucre

15
Cigrons estofats amb verdures
Ou
Fruita de temporada

18
Llenties estofades amb hortalisses
Ou
Fruita de temporada

19
Arròs bullit amb oli d'oliva
Bacallà al forn
Fruita de temporada

20
Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre al forn
Fruita de temporada

21
Mongeta tendra amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
logurt natural ECO s/sucre

22
Puré de verdures
Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a
la planxa
Fruita de temporada

25
Espaguetis amb salsa de tomàquet
Salmó al forn
Fruita de temporada

26
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre a la planxa
Fruita de temporada

27
Crema de carbassó i patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

28
Arròs amb xampinyons
Porc
logurt natural ECO s/sucre

29
Bledes amb patata
Ou
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 ..

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
esplai.escola@fundesplai.org

