

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

29

30

1

2

3

Cigrons a la provençal
Pit de pollastre empanat
Amanida d'enciam i olives
Fruita

Col amb patata
Luç a la planxa
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense sucre

Macarrons a la bolonyesa vegetal
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

6
Festa

7
Festa

8
Festa

9
Arròs amb tomàquet
Truita francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural sense sucre

10
Crema de pastanaga i patata
Burrito de pollastre
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13
Llenties amb sofregit
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

14
Puré de verdures
Mongetes blanques a l'estil anglès
Fruita

15
Arròs amb verdures
Peix fresc de marcat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

16
Escudella barrejada
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural sense sucre

17
Bledes amb patata
Canelons de bacallà gratinats
Fruita

20
Mongeta tendra amb patata
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

21
Sopa de Nadal
(amb pilota de vedella)
Pollastre de Nadal
Neules i torrons
Got de refresc de taronja sense gas ni
sucres afegits

22
Pica pica
Pizza casolana de cavalla
Fruita

23
VACANCES

24
VACANCES

27
VACANCES

28
VACANCES

29
VACANCES

30
VACANCES

31
VACANCES

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 100% ecològic i 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)

a més a més

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

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

29

30

1

2

3

Cigrons a la provençal
Formatge arrebosat
Amanida d'enciam i olives
Fruita

Col amb patata
Luç a la planxa
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense sucre

Macarrons a la bolonyesa vegetal
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

6

Festa

7

Festa

8

Festa

9

Arròs amb tomàquet
Truita francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural sense sucre

10

Crema de pastanaga i patata
Burrito de fèsols
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13

Llenties amb sofregit
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

14

Puré de verdures
Mongetes blanques a l'estil anglès
Fruita

15

Arròs amb verdures
Peix fresc de marcat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

16

Escudella barrejada
(brou vegetal)
Truita francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural sense sucre

17

Bledes amb patata
Canelons de bacallà gratinats
Fruita

20

Mongeta tendra amb patata
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

21

Sopa de Nadal amb brou vegetal
(sense pilota)
Seitan al forn amb prunes i panses
Neules i torrons
Got de refresc de taronja sense gas ni
sucre afegits

22

Pica pica sense carn
Pizza casolana de cavalla
Fruita

23

VACANCES

24

VACANCES

27

VACANCES

28

VACANCES

29

VACANCES

30

VACANCES

31

VACANCES

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 100% ecològic i 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)



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

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Plat o producte sense gluten,
lactosa, fruits secs ni traces
#Producte especial sense gluten,
lactosa ni fruits secs

30
S'utilitza pasta de blat de moro i arròs,
que no conté traces d'ou. Es fa servir
formatge ratllat sense lactosa.

1
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre **empanat#**
Amanida d'enciam i olives
Fruita

2
Col amb patata
Porc amb salsa de poma
logurt sense lactosa#

3
Macarrons# a la **bolonyesa de vedella***
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

6
Festa

7
Festa

8
Festa

9
Arròs amb tomàquet
Truita francesa
Amanida d'enciam
logurt sense lactosa#

10
Crema de pastanaga i patata
Burrito# de pollastre
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13
Llenties* amb sofregit
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

14
Purè de verdures
Mongetes blanques a l'estil anglès
Fruita

15
Arròs amb verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

16
Escudella barrejada
(amb **fideus#**)
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt sense lactosa#

17
Bledes amb patata
Canelons de carn gratinats#
Fruita

20
Mongeta tendra amb patata
Truita de **pernil***
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**
Fruita

21
Sopa de Nadal
(amb **galets#** i **pilota***)
Pollastre de Nadal
Torró de xocolata#
Got de refresc de taronja sense gas ni
sucres afegits

22
Pica pica
(amb **croquetes de pollastre#**)
Pizza# casolana de cavalla
(amb **formatge sense lactosa#**)
Fruita

23
VACANCES

24
VACANCES

27
VACANCES

28
VACANCES

29
VACANCES

30
VACANCES

31
VACANCES

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 100% ecològic i 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)

a més a més

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

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Plat o producte sense gluten, PLV, ou, albergínia, nectarina, pistatxo, salmó, mel, bitxo ni traces.
Producte especial sense gluten, PLV, ou, albergínia, nectarina, pistatxo, salmó, mel ni bitxo

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

1
Cigrons a la provençal
Pit de pollastre **empanat#**
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

2
Col amb patata
Porc amb salsa de poma
logurt de soja sense gluten#

3
Macarrons# a la bolonyesa de vedella*
Pannini# vegetal*
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

6
Festa

7
Festa

8
Festa

9
Arròs amb tomàquet
Lluç a la planxa
Amanida d'enciam
logurt de soja sense gluten#

10
Crema de pastanaga i patata
Burrito* de pollastre
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

13
Llenties* amb sofregit
Timbal de patates amb verduretes
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

14
Puré de verdures
Mongetes blanques a l'estil anglès
Fruita*

15
Arròs amb verduretes
Peix fresc de mercat (no salmó)
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

16
Escudella barrejada (amb **fideus#**)
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt de soja sense gluten#

17
Bledes amb patata
Macarrons# amb trossets de vedella* (sense formatge)
Fruita*

20
Mongeta tendra amb patata
Llom a la planxa
Amanida d'enciam
Fruita*

21
Sopa de Nadal (amb **galets#** i **pilota***)
Pollastre al forn amb patata panadera
Torró de xocolata#
Got de refresc de taronja sense gas ni sucres afegits

22
Pica pica
(amb **croquetes de pollastre#**)
Pizza# casolana de cavalla* (sense formatge)
Fruita*

23
VACANCES

24
VACANCES

27
VACANCES

28
VACANCES

29
VACANCES

30
VACANCES

31
VACANCES

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 100% ecològic i 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)

a més a més

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

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

***Plat o producte sense lactosa ni traces**
#Producte espacial sense lactosa

30

1

Cigrons a la provençal
 Pit de pollastre **empanat***
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

2

Col amb patata
 Porc amb salsa de poma
logurt sense lactosa#

3

Macarrons# a la bolonyesa vegetal*
 Truita de carbassó
 Amanida d'enciam i pastanaga
 Fruita

6

Festa

7

Festa

8

Festa

9

Arròs amb tomàquet
 Truita francesa
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt sense lactosa#

10

Crema de pastanaga i patata
Burrito* de pollastre
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

13

Llenties amb sofregit
 Truita de patates
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

14

Puré de verdures
 Mongetes blanques a l'estil anglès
 Fruita

15

Arròs amb verdures
 Peix fresc de mercat
 Amanida d'enciam i pastanaga
 Fruita

16

Escudella barrejada
 Pollastre al forn amb taronja
 Amanida d'enciam i col llombarda
logurt sense lactosa#

17

Bledes amb patata
Canelons de carn gratinats#
 Fruita

20

Mongeta tendra amb patata
 Truita de **pernil***
 Amanida d'enciam i **formatge fresc#**
 Fruita

21

Sopa de Nadal
(amb pilota*)
 Pollastre de Nadal
Torró de xocolata#
 Got de refresc de taronja sense gas ni sucres afegits

22

Pica pica
(amb croquetes de pollastre#)
Pizza# casolana de cavalla
(amb formatge i base sense lactosa#)
 Fruita

23

VACANCES

24

VACANCES

27

VACANCES

28

VACANCES

29

VACANCES

30

VACANCES

31

VACANCES

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
 logurt 100% ecològic i 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)

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

***Plat o producte sense fruits secs ni traces**
#Producte especial sense fruits secs

30

1

Cigrons a la provençal
 Pit de pollastre **empanat***
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

2

Col amb patata
 Porc amb salsa de poma
 logurt natural sense sucre

3

Macarrons a la **bolonyesa de vedella***
 Truita de carbassó
 Amanida d'enciam i pastanaga
 Fruita

6

Festa

7

Festa

8

Festa

9

Arròs amb tomàquet
 Truita francesa
 Amanida d'enciam
 logurt natural sense sucre

10

Crema de pastanaga i patata
Burrito* de pollastre
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

13

Llenties amb sofregit
 Truita de patates
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

14

Puré de verdures
 Mongetes blanques a l'estil anglès
 Fruita

15

Arròs amb verdures
 Rap a la llauna
 Amanida d'enciam i pastanaga
 Fruita

16

Escudella barrejada
 Pollastre al forn amb taronja
 Amanida d'enciam i col llombarda
 logurt natural sense sucre

17

Bledes amb patata
Canelons de carn* gratinats
 Fruita

20

Mongeta tendra amb patata
 Truita de pernil
 Amanida d'enciam i formatge fresc
 Fruita

21

Sopa de Nadal
(amb pilota*)
 Pollastre al forn amb patata panadera
Torró de xocolata#
 Got de refresc de taronja sense gas ni sucres afegits

22

Pica pica
(amb croquetes de pollastre#)
Pizza* casolana de cavalla
 Fruita

23

VACANCES

24

VACANCES

27

VACANCES

28

VACANCES

29

VACANCES

30

VACANCES

31

VACANCES

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
 logurt 100% ecològic i 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)

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

***Plat o producte sense gluten ni traces**
#Producte especial sense gluten

30
 S'utilitza pasta de blat de moro i arròs, que no conté traces d'ou. Es fa servir formatge ratllat sense lactosa.

1
 Cigrons a la provençal
 Pit de pollastre **empanat#**
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

2
 Col amb patata
 Porc amb salsa de poma
 logurt natural sense sucre

3
Macarrons a la bolonyesa vegetal de soja#
 Truita de carbassó
 Amanida d'enciam i pastanaga
 Fruita

6
 Festa

7
 Festa

8
 Festa

9
 Arròs amb tomàquet
 Truita francesa
 Amanida d'enciam
 logurt natural sense sucre

10
 Crema de pastanaga i patata
Burrito# de pollastre
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

13
Llenties* amb sofregit
 Truita de patates
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

14
 Puré de verdures
 Mongetes blanques a l'estil anglès
 Fruita

15
 Arròs amb verdures
 Rap a la llauna
 Amanida d'enciam i pastanaga
 Fruita

16
 Escudella barrejada
 (amb **fideus#**)
 Pollastre al forn amb taronja
 Amanida d'enciam i col llombarda
 logurt natural sense sucre

17
 Bledes amb patata
Canelons de carn# gratinats
 Fruita

20
 Mongeta tendra amb patata
 Truita de **pernil***
 Amanida d'enciam i formatge fresc
 Fruita

21
 Sopa de Nadal
 (amb **galets#** i **pilota***)
 Pollastre de Nadal
Neules# i **torrons***
 Got de refresc de taronja sense gas ni sucres afegits

22
 Pica pica
 (amb **croquetes de pollastre#**)
Pizza# casolana de cavalla
 Fruita

23
 VACANCES

24
 VACANCES

27
 VACANCES

28
 VACANCES

29
 VACANCES

30
 VACANCES

31
 VACANCES

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
 logurt 100% ecològic i 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)

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



DILLUNS

29

6
Festa

13

Llenties amb sofregit
(salsa casolana)
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

20

Mongeta tendra amb patata
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

27

VACANCES

DIMARTS

30

7
Festa

14

Purè de verdures
Mongetes blanques a l'estil anglès
(salsa casolana)
Fruita

21

Sopa de Nadal
(sense pilota)
Pollastre al forn amb patata panadera
logurt desnatat
Got de refresc de taronja sense gas ni
sucres afegits

28

VACANCES

DIMECRES

1

Cigrons a la provençal
(amb salsa casolana)
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

8

Festa

15

Arròs amb verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

22

Crema de porro i patata
(sense llet)
Pizza casolana de cavalla
Fruita

29

VACANCES

DIJOUS

2

Col amb patata
Carn magra a la planxa
Amanida d'enciam i poma
logurt desnatat

9

Arròs amb salsa de
tomàquet casolana
Truita francesa
Amanida d'enciam
logurt desnatat

16

Escudella barrejada
Pollastre al forn
(sense salsa)
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt desnatat

23

VACANCES

30

VACANCES

DIVENDRES

3

Macarrons a la bolonyesa vegetal
(amb salsa casolana)
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

10

Crema de pastanaga i patata
Burrito de pollastre
Amanida d'enciam i olives
Fruita

17

Bledes amb patata
Macarrons amb verdures i trossets de
vedella (salsa casolana)
Fruita

24

VACANCES

31

VACANCES

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 100% ecològic i 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)

a més a més

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

DADES DE CONTACTE

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

