

DILLUNS

28

Triturat d'espínacs amb patata i calamars
Calamars a la planxa (sense salsa)
Triturat de fruita

21

Triturat de col amb patata i vedella
Mandonguilles de vedella sense salsa
Triturat de fruita

14

Triturat de llenties estofades amb
hortalisses i pollastre
Pollastre al forn (sense salsa)
Triturat de fruita

7

Triturat de mongeta tendra
amb patata i fogoner
Fogoner empanat
Triturat de fruita

DIMARTS

1

Triturat de pèsols, patata
i carn magra
Trita a la francesa
Triturat de fruita

8

ÀPAT DE LA DONA
Triturat de col amb patata, brou de
pagesa i pollastre
Pollastre al forn (sense salsa)
Batut de fruita casolà

15

Triturat de bledes amb
patata i vedella
Trita a la francesa
Triturat de fruita

22

Triturat d'espínacs amb
patata i pollastre
Pollastre al forn (sense salsa)
Triturat de fruita

29

Triturat de coliflor amb
patata i pollastre
Pit de pollastre a la planxa
Triturat de fruita

DIMECRES

2

Triturat de mongeta tendra
amb patata i calamar
Calamars a l'andalusa casolans
Triturat de fruita

9

Triturat de bròquil amb patata
i salsitxes de porc
Salsitxes de porc al forn
Triturat de fruita

16

Triturat de bledes amb patata i gall dindi
Gall dindi a la planxa (sense salsa)
Triturat de fruita

23

Triturat de llegums amb
verduretes i lluç
Lluç a la romana
Triturat de fruita

30

Triturat de llenties, carbassa,
pastanaga i porc
Botifarra de porc a la planxa
Triturat de fruita

DIJOUS

3

Triturat de patates guisades amb
hortalisses i pollastre
Pollastre al forn (sense salsa)
logurt natural ECO sense sucre

10

Triturat de cigrons, carbassa,
pastanaga i lluç
Lluç a la planxa
Triturat de fruita

17

Triturat de patata, verduretes i
proteïna vegetal
Bistec a la planxa
logurt natural ECO sense sucre

24

Triturat de cigrons amb al i
pebre vermell i pollastre
Trita de patates
logurt natural ECO sense sucre

31

Triturat de mongetes blanques,
verduretes i lluç
Trita francesa
logurt natural ECO sense sucre

DIVENDRES

4

Triturat de cigrons a la jardineria
i peix fresc de mercat
Peix fresc de mercat
Triturat de fruita

11

Triturat de mongetes blanques amb all i
julivert i bacallà
Trita a la francesa
Triturat de fruita

18

Triturat de pèsols amb patata i rap
Rap a la planxa (sense salsa)
Triturat de fruita

25

Triturat de llenties amb
verduretes i gall dindi
Gall dindi a la planxa
Triturat de fruita

1

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
esplaiescola@fundesplai.org

