

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

30  
\*Producte Halal

31

1

Llenties estofades amb hortalisses  
Hamburguesa de tofu i xampinyons  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

2

Mongeta tendra amb patata  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

3

Festa

6

Festa

7

Ensalada russa vegetal  
Truita francesa  
Xips de remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

8

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
**Pit de pollastre\*** empanat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

9

Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

10

Llenties amb verdures i curri  
Truita a la francesa  
Amanida d'encima i poma  
Fruita

13

Arròs amb verdures  
Lluç amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

14

Panató de verdures  
Macarrons amb bolonyesa vegetal  
Fruita

15

Crema de pastanaga  
**Pollastre al forn\*** a les fines herbes  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

16

Cigrons saltejats  
Truita francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt natural ECO sense sucre

17

Tortel·linis amb salsa de tomàquet  
**Gall dindi\*** a la planxa  
Patates fregides casolanes  
Fruita

20

Puré de verdures  
Lasanya de llenties  
Fruita

21

Arròs a la milanesa  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22

**ÀPAT FI DE CURS**  
**Hamburguesa de vedella\*** completa  
Patates fregides casolanes  
Guarnició de salsa de quètxup casolà  
logurt natural sense sucre

23

VACANCES

24

VACANCES

27

VACANCES

28

VACANCES

29

VACANCES

30

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

30

31

1

2

3

Llenties estofades amb hortalisses  
Hamburguesa de tofu i xampinyons  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

Mongeta tendra amb patata  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

Festa

6

Festa

7

Ensalada russa vegetal  
Truita francesa  
Xips de remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

8

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Formatge arrebosat  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

9

Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

10

Llenties amb verduretes i curri  
Truita francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

13

Arròs amb verduretes  
Lluç amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

14

Panatóx de verdures  
Macarrons amb bolonyesa vegetal  
Fruita

15

Crema de pastanaga  
Hamburguesa de tofu i xampinyons  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

16

Cigrons saltejats  
Truita francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt natural ECO sense sucre

17

Tortel-linis amb salsa de tomàquet  
Bacallà a la planxa  
Patates fregides casolanes  
Fruita

20

Puré de verdures  
Lasanya de llenties  
Fruita

21

Arròs a la milanesa  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22

**ÀPAT FI DE CURS**  
Hamburguesa vegetal completa  
Patates fregides casolanes  
Guarnició de salsa de quètxup casolà  
logurt natural sense sucre

23

VACANCES

24

VACANCES

27

VACANCES

28

VACANCES

29

VACANCES

30

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

30

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

31

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

1

**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
**Hamburguesa vegetal campesina\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

2

Mongeta tendra amb patata  
Truita de **formatge#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**logurt sense lactosa#**

3

Festa

6

Festa

7

**Ensalada russa vegetal\***  
Truita francesa  
Xips de remolatxa  
**logurt sense lactosa#**

8

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

9

**Espaguetis#** amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

10

**Llenties\*** amb verdures i curri  
Porc amb salsa de poma  
Fruita

13

Arròs amb verdures  
Lluç amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

14

Panatóx de verdures  
**Macarrons#** amb tomàquet i cavalla  
Fruita

15

Crema de pastanaga  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

16

Cigrons saltejats  
Truita francesa  
Amanida d'enciam  
**logurt sense lactosa#**

17

**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
Gall dindi a la planxa  
Patates fregides casolanes  
Fruita

20

Purè de verdures  
**Lasanya sense gluten SCHAR®#** amb cavalla  
**(amb beixamel i formatge#)**  
Fruita

21

Arròs a la milanesa  
**(amb formatge sense lactosa#)**  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22

**ÀPAT FI DE CURS**  
**Hamburguesa\*** completa  
**(amb pa i formatge sense lactosa#)**  
Patates fregides casolanes  
Guarnició de salsa de **quètxup\*** casolà  
**logurt sense lactosa#**

23

VACANCES

24

VACANCES

27

VACANCES

28

VACANCES

29

VACANCES

30

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

30

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

6

Festa

13

Arròs amb verdures  
Lluç amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Fruita\***

20

Purè de verdures  
**Lasanya sense ou ORGRAN@# de cavalla\***  
(sense formatge ni beixamel i amb sofregit)  
**Fruita\***

27

VACANCES

31

**\*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**

7

**Ensalada russa vegetal\***  
(sense maionesa)  
Fogoner al forn  
Xips de remolatxa  
**logurt de soja#**

14

Panatxé de verdures  
**Macarrons#** amb tomàquet i cavalla  
**Fruita\***

21

Arròs a la milanesa  
**(amb formatge sense lactosa#)**  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

28

VACANCES

1

**Lienties\*** estofades amb hortalisses  
**Hamburguesa vegetal campesina\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

8

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i germinats  
**Fruita\***

15

Crema de pastanaga  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\***

22

**ÀPAT FI DE CURS**  
**Hamburguesa\*** completa  
**(amb pa# i sense formatge)**  
Patates fregides casolanes  
Guarnició de salsa de **quètxup\*** casolà  
**logurt de soja#**

29

VACANCES

2

Mongeta tendra amb patata  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**logurt de soja#**

9

**Espaguetis#** amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i cogombre  
**Fruita\***

16

Cigrons saltejats  
Timbal de patates amb hortalisses  
Amanida d'enciam  
**logurt de soja#**

23

VACANCES

30

VACANCES

3

Festa

10

**Lienties\*** amb verdures i curri  
Porc amb salsa de poma  
**Fruita\***

17

**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
Gall dindi a la planxa  
Patates fregides casolanes  
**Fruita\***

24

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

30

**\*Plat o producte sense lactosa ni traces**

**#Producte espacial sense lactosa**

6

Festa

13

Arròs amb verdures  
Lluç amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Purè de verdures  
**Lasanya de llenties\***  
(amb llet i formatge sense lactosa#)  
Fruita

27

VACANCES

31

**7**  
**Ensalada russa vegetal\***

Truita francesa  
Xips de remolatxa  
**logurt sense lactosa#**

14

Panató de verdures  
Macarrons amb **bolonyesa vegetal\***  
Fruita

21

Arròs a la milanesa  
(amb formatge sense lactosa#)  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

28

VACANCES

1

Llenties estofades amb hortalisses  
**Hamburguesa de tofu i xampinyons\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Pit de pollastre **empanat\***  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

15

Crema de pastanaga  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

22

**ÀPAT FI DE CURS**  
**Hamburguesa\*** completa  
(amb pa i formatge sense lactosa#)  
Patates fregides casolanes  
Guarnició de salsa de quètxup casolà  
**logurt sense lactosa#**

29

VACANCES

2

Mongeta tendra amb patata  
Truita de **formatge#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**logurt sense lactosa#**

9

Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

16

Cigrons saltejats  
Truita francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**logurt sense lactosa#**

23

VACANCES

30

VACANCES

3

Festa

10

Llenties amb verdures i curri  
Porc amb salsa de poma  
Fruita

17

Espirals amb salsa de tomàquet  
Gall dindi a la planxa  
Patates fregides casolanes  
Fruita

24

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

30

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

6

Festa

13

Arròs amb verdures  
Lluç amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Puré de verdures  
**Lasanya de lleties\***  
Fruita

27

VACANCES

31

7  
Ensalada russa vegetal  
Truita francesa  
Xips de remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

14

Panató de verdures  
Macarrons amb **bolonyesa vegetal de lleties\***  
Fruita

21

Arròs a la milanesa  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

28

VACANCES

1

Lenties estofades amb hortalisses  
**Hamburguesa campesina\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Pit de pollastre **empanat\***  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

15

Crema de pastanaga  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

22

**ÀPAT FI DE CURS**  
**Hamburguesa\*** completa  
**(amb pa#)**  
Patates fregides casolanes  
Guarnició de salsa de **quètxup\*** casolà  
logurt natural sense sucre

29

VACANCES

2

Mongeta tendra amb patata  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

9

Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

16

Cigrons saltejats  
Truita francesa  
Amanida d'enciam  
logurt natural ECO sense sucre

23

VACANCES

30

VACANCES

3

Festa

10

Lenties amb verdures i curri  
Porc amb salsa de poma  
Fruita

17

**Tortel-linis\*** amb salsa de tomàquet  
Gall dindi a la planxa  
Patates fregides casolanes  
Fruita

24

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

30

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

31

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

1

**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
**Hamburguesa de tofu i xampinyons\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

2

Mongeta tendra amb patata  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Iogurt natural ECO sense sucre

3

Festa

6

Festa

7

**Ensalada russa vegetal\***  
Trita francesa  
Xips de remolatxa  
Iogurt natural ECO sense sucre

8

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Pit de pollastre **empanat#**  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

9

**Espaguetis#** amb salsa de tomàquet  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

10

**Llenties\*** amb verdures i curri  
Porc amb salsa de poma  
Fruita

13

Arròs amb verdures  
Lluç amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

14

Panatóx de verdures  
**Macarrons amb bolonyesa vegetal sense gluten#**  
Fruita

15

Crema de pastanaga  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

16

Cigrons saltejats  
Trita francesa  
Amanida d'enciam  
Iogurt natural ECO sense sucre

17

**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
Gall dindi a la planxa  
Patates fregides casolanes  
Fruita

20

Puré de verdures  
**Lasanya sense gluten SCHAR® de picada vegetal sense gluten#**  
Fruita

21

Arròs a la milanesa  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22

**ÀPAT FI DE CURS**  
**Hamburguesa\*** completa  
**(amb pa#)**  
Patates fregides casolanes  
Guarnició de salsa de **quètxup\*** casolà  
Iogurt natural sense sucre

23

VACANCES

24

VACANCES

27

VACANCES

28

VACANCES

29

VACANCES

30

VACANCES

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
Iogurt 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

30

6  
Festa

13

Arròs amb verdures  
Lluç amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Puré de verdures  
Lasanya de llenties  
(sense beixamel i amb sofregit casolà)  
Fruita

27

VACANCES

## DIMARTS

31

7  
Minestra de verdures  
(sense maionesa)  
Truita francesa  
Xips de remolatxa  
logurt desnatat

14

Panató de verdures  
Espaguetis amb bolonyesa vegetal  
(amb salsa casolana)  
Fruita

21

Arròs a la milanesa  
(amb salsa casolana)  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

28

VACANCES

## DIMECRES

1

Llenties estofades amb hortalisses  
(amb salsa de tomàquet casolana)  
Hamburguesa de tofu i xampinyons  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

8

Mongetes blanques saltejades  
amb all i julivert  
Pit de pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

15

Crema de pastanaga  
Pollastre al forn (sense salsa)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

22

**ÀPAT FI DE CURS**  
Crema de verdures  
Bistec a la planxa  
Patata al caliu  
(sense quètxup)  
logurt natural sense sucre

29

VACANCES

## DIJOUS

2

Mongeta tendra amb patata  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt desnatat

9

Espaguetis integrals amb salsa de  
tomàquet casolana  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

16

Cigrons saltejats  
(amb sofregit casolà)  
Truita francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt desnatat

23

VACANCES

30

VACANCES

## DIVENDRES

3

Festa

10

Llenties amb verdures i curri  
Porc amb salsa de poma  
Fruita

17

Espirals amb salsa de tomàquet casolana  
Gall dindi a la planxa  
Patates al caliu  
Fruita

24

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

