

## DILLUNS

31  
FESTA

## DIMARTS

1  
FESTA

## DIMECRES

2

Arròs amb tomàquet  
Truita de formatge  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

## DIJOUS

3

Purè de carbassa i pastanaga  
Pastís de patata amb soja ECO  
texturitzada  
Fruita

## DIVENDRES

4

Espaguetis a la italiana  
Bacallà amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

7

Escudella vegetal barrejada  
Mandonguilles vegetals  
Guarnició de samfaina  
Fruita

8

Bledes amb patata  
Daus de gall dindi agredolços  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

9

Purè de verdures  
Macarrons integrals a la bolonyesa de  
lenties  
Formatge ratllat  
Fruita

10

Rissoto de xampinyons  
Tiretes de lluç casolanes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

14

Crema suau de lleties amb carbassa i  
pastanaga  
Aletes de pollastre  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

15

Mongeta tendra saltejada  
Cous-cous amb verdures i cigrons  
Fruita

16

Arròs amb tomàquet  
Truita de xampinyons  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

17

Tallarines al pesto  
Bacallà al forn  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

18

**ÀPAT DEL DRET DELS INFANTS**  
Hamburguesa vegetal completa  
Patates fregides  
Guarnició de quètxup casolà  
Batut de llet i plàtan

21

Espaguetis a la napolitana  
Salmó a la planxa  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

22

Cigrons saltejats amb verdures  
Pit de pollastre arrebossat  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Crema de porro i patata  
Lleties guisades amb arròs  
Fruita

24

Espinacs amb patata  
Macarrons amb salsa de tomàquet i  
cavalla  
logurt natural ECO sense sucre

25

Mongetes blanques saltejades  
amb all i julivert  
Truita a la paisana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

28

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

29

Sopa de brou vegetal amb fideus  
Coca de recapte amb verdures i soja  
texturitzada  
Patates xip  
Fruita

30

Espirals al funghi  
Bacallà a la marinera  
Fruita

1

2

## 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

