

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2
VACANCES

3
VACANCES

4
VACANCES

5
VACANCES

6
VACANCES

9

Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill
Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO sense sucre



10

Llenties estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb poma
Fruita



11

Bledes amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita



12

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



13

Crema de carbassa
Pastís de patata vegetal (amb soja texturitzada ECO)
Fruita

16

Escudella barrejada amb brou vegetal
Mandonguilles de vedella a la jardineria
Fruita



17

Rissoto de xampinyons
Tiretes de lluç cruixents
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita



18

Puré de verdures
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de llenties i formatge ratllat
Fruita



19

Bròquil amb patata
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i formatge fresc logurt natural ECO sense sucre



20

Crema de pèsols
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

23

Llenties saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita



24

Crema de pastanaga
Cous-cous amb verdures i cigrons
Fruita



25

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i poma
Fruita



26

Patates guisades amb hortalisses
Lluç al forn
Amanida d'enciam i germinats
Fruita



27

JORNADA GASTRONÒMICA DE JAPÓ
Sopa amb fideus japonesos
Gall dindi agre dolç
Amanida d'enciam i germinats
Doriyaki

30

Tallarines amb verdures i salsa de soja
Salmó al forn
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita



31

Crema de mongetes blanques i porro
Pit de pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i olives
Fruita



1



2



3

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

