

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5
Fideus d'arròs amb salsa de soja i verdures
Lluç al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

6
Crema de pastanaga
Pizza a la bolonyesa vegetal de soja texturitzada ECO
Fruita

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

1
Espinacs amb patata
Fogoner al forn
Amanida d'enciam i poma
Iogurt natural ECO sense sucre

2
Crema de mongeta blanca i porro
Trita a la paisana
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

12
Amanida de pasta vegetal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13
Lenties amb verdures i curri
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

14
Arròs amb verdures i formatge
Lluç al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

15
Crema de porro
Cous-cous amb verdures i cigrons
Iogurt natural ECO sense sucre

16
Pèsols amb patata
Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba
Fruita

19
Col amb patata
Palometa a la llauna
Amanida d'enciam i poma
Fruita

20
Arròs tres colors
Trita de formatge
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21
Crema de carbassó
Pastís de patata vegetal de soja texturitzada ECO
Fruita

22
ÀPAT DE FI DE CURS
Macarrons amb salsa de tomàquet gratinats
Nuggets de pollastre casolans
Amanida d'enciam i cogombre
Gelats i Refresc de taronja sense gas ni sucres afegits

23
VACANCES D'ESTIU

26
VACANCES D'ESTIU

27
VACANCES D'ESTIU

28
VACANCES D'ESTIU

29
VACANCES D'ESTIU

30
VACANCES D'ESTIU

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

