

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Producte Halal

**Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

1
VACANCES D'ESTIU

4
VACANCES D'ESTIU

5
VACANCES D'ESTIU

6
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural sense sucre ECO

7
Amanida de pasta italiana
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

8
Crema de carbassó
Pastís de patata amb soja texturitzada
ECO
Fruita

11
DIADA

12
Verdura tricolor amb maionesa
Trita de formatge
Guarnició de pastanaga i olives
Fruita

13
Amanida de mongetes blanques vegetal
Hamburguesa de vedella*
Ceba confitada
Fruita

14
Purè de verdures
Macarrons integrals amb bolonyesa
vegetal de lleties i formatge ratllat
logurt natural sense sucre ECO

15
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

18
Lenties saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre* al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19
Mongeta tendra amb patata
Cous-cous amb verdures i cigrons
Fruita

20
Arròs amb salsa de tomàquet
Remenat d'ou
Amanida d'enciam i poma
Fruita

21
Tallarines al pesto
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural sense sucre ECO

22
Crema de porro
Daus de gall dindi* adobats
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

25
Espaguetis amb verdures i salsa de soja
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita

26
Cigrons a la provençal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

27
Amanida d'arròs vegetal
Lenties estofades amb hortalisses
Fruita

28
Espinacs amb patata
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense sucre ECO

29
Crema de mongeta blanca i porro
Pit de pollastre* arrebossat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

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

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

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

**Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

1
 VACANCES D'ESTIU

4
 VACANCES D'ESTIU

5
 VACANCES D'ESTIU

6
 Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill#
 Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt sense lactosa#

7
 Amanida de **pasta#** italiana
(amb formatge#)
 Peix blanc** amb salsa verda
 Amanida d'enciam
 Fruita

8
 Crema de carbassó
 (sense llet)
 Pastís de patata amb **trossets de gall dindi***
(amb beixamel i formatge#)
 Fruita

11
 DIADA

12
 Verdura tricolor amb **maionesa***
 Truita de **formatge#**
 Guarnició de pastanaga i olives
 Fruita

13
 Amanida de mongetes blanques vegetal
Hamburguesa* de vedella
 Ceba confitada
 Fruita

14
 Puré de verdures
Macarrons# amb **trossets de vedella*** i **formatge ratllat#**
logurt sense lactosa#

15
 Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes# de peix blanc** casolanes
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

18
Lienties* saltejades amb verdures i curri
 Aletes de pollastre al forn
 Amanida d'enciam i tomàquet
 Fruita

19
 Mongeta tendra amb patata
Quinoa* amb verdures i cigrons
 Fruita

20
 Arròs amb salsa de tomàquet
 Remenat d'ou amb **pernil***
 Amanida d'enciam i poma
 Fruita

21
Tallarines# al pesto
(amb formatge#)
 Peix fresc de mercat
 Amanida d'enciam i germinats
logurt sense lactosa#

22
 Crema de porro
 (sense llet)
 Daus de gall dindi adobats
 Amanida d'enciam i blat de moro
 Fruita

25
Espaguetis# amb verdures i **salsa de soja sense gluten#**
 Peix blau** al forn
 Amanida d'enciam i cogombre
 Fruita

26
 Cigrons a la provençal
 Truita de patates
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

27
 Amanida d'arròs vegetal
Lienties* estofades amb hortalisses
 Fruita

28
 Espinacs amb patata
 Carn magra de porc amb salsa de poma
logurt sense lactosa#

29
 Crema de mongeta blanca i porro
 Pit de pollastre **arrebossat#**
 Amanida d'enciam i remolatxa
 Fruita

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
 esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

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

**Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

1
VACANCES D'ESTIU

4
VACANCES D'ESTIU

5
VACANCES D'ESTIU

6
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill#
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural sense sucre ECO

7
Amanida de **pasta#** italiana
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

8
Crema de carbassó
Pastís de patata amb **soja texturitzada sense gluten i maicena#**
Fruita

11
DIADA

12
Verdura tricolor amb **maionesa***
Trita de formatge
Guarnició de pastanaga i olives
Fruita

13
Amanida de mongetes blanques vegetal
Hamburguesa* de vedella
Ceba confitada
Fruita

14
Puré de verdures
Macarrons# amb **bolonyesa vegetal de soja texturitzada sense gluten#** i formatge ratllat
logurt natural sense sucre ECO

15
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes# de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

18
Lienties* saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19
Mongeta tendra amb patata
Quinoa* amb verdures i cigrons
Fruita

20
Arròs amb salsa de tomàquet
Remenat d'ou amb **pernil***
Amanida d'enciam i poma
Fruita

21
Tallarines# al pesto
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural sense sucre ECO

22
Crema de porro
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

25
Espaguetis# amb verdures i **salsa de soja sense gluten#**
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita

26
Cigrons a la provençal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

27
Amanida d'arròs vegetal
Lienties* estofades amb hortalisses
Fruita

28
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
logurt natural sense sucre ECO

29
Crema de mongeta blanca i porro
Pit de pollastre **arrebossat#**
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

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

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

*Plat o producte sense gluten, PLV, albergínia, ou, nectarina, pistatxo, salmó, mel, bitxo ni traces
#Producte especial sense gluten, PLV, albergínia, ou, nectarina, pistatxo, salmó, mel ni bitxo

(**) Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat (**NO SALMÓ**)

1
VACANCES D'ESTIU

4
VACANCES D'ESTIU

5
VACANCES D'ESTIU

6
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill#
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt de soja (SOJASUN)#

7
Amanida de **pasta#** vegetal (sense formatge)
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam
Fruita*

8
Crema de carbassó (sense llet)
Pastís de patata amb **trossets de gall dindi*** (sense beixamel ni formatge i amb sofregit)
Fruita*

11
DIADA

12
Verdura tricolor (sense maionesa)
Pollastre al forn
Guarnició de pastanaga i olives
Fruita*

13
Amanida de mongetes blanques vegetal
Hamburguesa* de vedella
Ceba confitada
Fruita*

14
Purè de verdures
Macarrons# amb **trossets de vedella*** (sense formatge)
logurt de soja (SOJASUN)#

15
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes# de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

18
Llenties* saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita*

19
Mongeta tendra amb patata
Quinoa* amb verdures i cigrons
Fruita*

20
Arròs amb salsa de tomàquet
Remenat d'ou amb **pernil***
Amanida d'enciam i poma
Fruita*

21
Tallarines# al pesto (sense formatge)
Peix fresc de mercat ()**
Amanida d'enciam i germinats
logurt de soja (SOJASUN)#

22
Crema de porro (sense llet)
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita*

25
Espaguetis# amb verdures i **salsa de soja sense gluten#**
Peix blau ()** al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita*

26
Cigrons a la provençal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

27
Amanida d'arròs vegetal
Llenties* estofades amb hortalisses
Fruita*

28
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
logurt de soja (SOJASUN)#

29
Crema de mongeta blanca i porro
Pit de pollastre **arrebossat#**
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita*

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

*Plat o producte sense lactosa ni traces

#Producte espacial sense lactosa

**Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

1
VACANCES D'ESTIU

4
VACANCES D'ESTIU

5
VACANCES D'ESTIU

6
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill#
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt sense lactosa#

7
Amanida de pasta italiana
(amb formatge#)
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

8
Crema de carbassó
(sense llet)
Pastís de patata amb **soja texturitzada ECO***
(amb beixamel i formatge#)
Fruita

11
DIADA

12
Verdura tricolor amb **maionesa***
Truita de **formatge#**
Guarnició de pastanaga i olives
Fruita

13
Amanida de mongetes blanques vegetal
Hamburguesa* de vedella
Ceba confitada
Fruita

14
Purè de verdures
Macarrons integrals amb **bolonyesa vegetal de llenties*** i **formatge ratllat#**
logurt sense lactosa#

15
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

18
Llenties saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19
Mongeta tendra amb patata
Cous-cous amb verdures i cigrons
Fruita

20
Arròs amb salsa de tomàquet
Remenat d'ou amb **pernil***
Amanida d'enciam i poma
Fruita

21
Tallarines al pesto
(amb formatge#)
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt sense lactosa#

22
Crema de porro
(sense llet)
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

25
Espaguetis amb verdures i salsa de soja
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita

26
Cigrons a la provençal
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

27
Amanida d'arròs vegetal
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita

28
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
logurt sense lactosa#

29
Crema de mongeta blanca i porro
Pit de pollastre **arrebossat***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

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

*Plat o producte sense fruits secs ni traces

#Producte especial sense fruits secs

**Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

1
VACANCES D'ESTIU

4
VACANCES D'ESTIU

5
VACANCES D'ESTIU

6
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de pollastre*
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural sense sucre ECO

7
Amanida de pasta italiana
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam
Fruita

8
Crema de carbassó
Pastís de patata amb **picada de tofu i seitán***
Fruita

11
DIADA

12
Verdura tricolor amb maionesa
Trita de formatge
Guarnició de pastanaga i olives
Fruita

13
Amanida de mongetes blanques vegetal
Hamburguesa* de vedella
Ceba confitada
Fruita

14
Purè de verdures
Macarrons integrals amb **bolonyesa vegetal de llenties*** i formatge ratllat
logurt natural sense sucre ECO

15
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes* de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

18
Llenties saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19
Mongeta tendra amb patata
Cous-cous* amb verdures i cigrons
Fruita

20
Arròs amb salsa de tomàquet
Remenat d'ou amb pernil
Amanida d'enciam i poma
Fruita

21
Tallarines **al pesto***
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural sense sucre ECO

22
Crema de porro
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

25
Espaguetis amb verdures i **salsa de soja***
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita

26
Cigrons a la provençal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

27
Amanida d'arròs vegetal
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita

28
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
logurt natural sense sucre ECO

29
Crema de mongeta blanca i porro
Pit de pollastre **arrebossat***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

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

****Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

1
VACANCES D'ESTIU

4
VACANCES D'ESTIU

5
VACANCES D'ESTIU

6
Arròs amb salsa de tomàquet casolana
Pollastre al forn
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt desnatat

7
Amanida de pasta italiana
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

8
Crema de carbassó
Pastís de patata amb soja texturitzada
ECO
(sense beixamel i amb sofregit casolà)
Fruita

11
DIADA

12
Verdura tricolor
(sense maionesa)
Truita de formatge
Guarnició de pastanaga i olives
Fruita

13
Amanida de mongetes blanques vegetal
Bistec a la planxa
Ceba confitada
Fruita

14
Purè de verdures
Macarrons integrals amb bolonyesa
vegetal de llenties i formatge ratllat
(sofregit casolà)
logurt desnatat

15
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

18
Lenties saltejades amb verdures i curri
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19
Mongeta tendra amb patata
Cous-cous amb verdures i cigrons
Fruita

20
Arròs amb salsa de tomàquet casolana
Remenat d'ou
Amanida d'enciam i poma
Fruita

21
Tallarines amb alfàbrega
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt desnatat

22
Crema de porro
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

25
Espaguetis amb verdures i salsa de
soja
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita

26
Cigrons a la provençal
(sofregit casolà)
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

27
Amanida d'arròs vegetal
Lenties estofades amb hortalisses
Fruita

28
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
logurt desnatat

29
Crema de mongeta blanca i porro
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

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

*Plat o producte sense fruits secs, 'préssec, taronja, peix ni traces
#Producte especial sense fruits secs, préssec, taronja ni peix

1
VACANCES D'ESTIU

4
VACANCES D'ESTIU

5
VACANCES D'ESTIU

6
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de pollastre*
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural sense sucre ECO

7
Amanida de pasta italiana
Trita a la francesa
Amanida d'enciam
Fruita*

8
Crema de carbassó
Pastís de patata amb **picada de tofu i seitán***
Fruita*

11
DIADA

12
Verdura tricolor amb maionesa
Trita de formatge
Guarnició de pastanaga i olives
Fruita*

13
Amanida de mongetes blanques vegetal
Hamburguesa* de vedella
Ceba confitada
Fruita*

14
Purè de verdures
Macarrons integrals amb **bolonyesa vegetal de lentilles*** i formatge ratllat
logurt natural sense sucre ECO

15
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

18
Lenties saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita*

19
Mongeta tendra amb patata
Cous-cous* amb verdures i cigrons
Fruita*

20
Arròs amb salsa de tomàquet
Remenat d'ou amb pernil
Amanida d'enciam i poma
Fruita*

21
Tallarines **al pesto***
Llom a la planxa
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural sense sucre ECO

22
Crema de porro
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita*

25
Espaguetis amb verdures i **salsa de soja***
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita*

26
Cigrons a la provençal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

27
Amanida d'arròs vegetal
Lenties estofades amb hortalisses
Fruita*

28
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
logurt natural sense sucre ECO

29
Crema de mongeta blanca i porro
Pit de pollastre **arrebossat***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita*

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

*Plat o producte sense crustàcis ni traces
#Producte espacial sense crustàcis

(**) Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat (**SEMPRE SENSE TRACES DE CRUSTÀCIS**)

1
VACANCES D'ESTIU

4
VACANCES D'ESTIU

5
VACANCES D'ESTIU

6
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill#
Guarnició de pastanaga i blat de moro
Iogurt natural sense sucre ECO

7
Amanida de pasta italiana
Rap ()** amb salsa verda
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

8
Crema de carbassó
Pastís de patata amb soja texturitzada
ECO
Fruita

11
DIADA

12
Verdura tricolor amb maionesa
Trita de formatge
Guarnició de pastanaga i olives
Fruita

13
Amanida de mongetes blanques vegetal
Hamburguesa de vedella
Ceba confitada
Fruita

14
Puré de verdures
Macarrons integrals amb bolonyesa
vegetal de lleties i formatge ratllat
Iogurt natural sense sucre ECO

15
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de **fogoner (**)** casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

18
Lenties saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19
Mongeta tendra amb patata
Cous-cous amb verdures i cigrons
Fruita

20
Arròs amb salsa de tomàquet
Remenat d'ou amb pernil
Amanida d'enciam i poma
Fruita

21
Tallarines al pesto
Gall de Sant Pere ()** al forn
Amanida d'enciam i germinats
Iogurt natural sense sucre ECO

22
Crema de porro
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

25
Espaguetis amb verdures i salsa de soja
Palometa ()** al forn
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita

26
Cigrons a la provençal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

27
Amanida d'arròs vegetal
Lenties estofades amb hortalisses
Fruita

28
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
Iogurt natural sense sucre ECO

29
Crema de mongeta blanca i porro
Pit de pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai.escola@fundesplai.org

