

## 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  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt natural ECO sense sucre

3

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

6

Tallarines amb verdures i salsa de soja  
Mandonguilles vegetals amb samfaina  
Fruita

7

Bledes amb patata  
**Gall dindi\*** agredolç  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

8

Purè de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa de  
llenties i formatge ratllat  
Fruita

9

Rissoto de xampinyons  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

10

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

13

Crema suau de llenties, carbassa i  
pastanaga  
**Aletes de pollastre\*** al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

14

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

15

Arròs amb salsa de tomàquet  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

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

17

Crema de bròquil  
Truita de patates  
Guarnició d'arròs blanc  
Fruita

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
**Hamburguesa de vedella\*** completa  
Patates fregides casolanes  
Quètxup  
Fruita

21

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

22

Crema de porros  
Llenties guisades amb arròs  
i hortalisses  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Canelons de peix gratinats  
logurt natural ECO sense sucre

24

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

27

Arròs integral amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa teriyaki  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps

28

Escudella barrejada vegetal  
Estofat de **pollastre\***  
Fruita

29

Coliflor amb patata  
Peix blanc\*\* amb salsa de tomàquet  
Fruita

30

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt natural ECO sense sucre

**\*Producte Halal**

## 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  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam  
Iogurt natural ECO sense sucre

3

Crema de carbassa  
Pastís de patata vegetal amb **soja texturitzada ECO\***  
Fruita

6

Tallarines amb verdures i salsa de soja  
Carn magra de porc amb samfaina  
Fruita

7

Bledes amb patata  
Gall dindi agredolç  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

8

Purè de verdures  
Macarrons integrals amb **bolonyesa de llenties\*** i formatge ratllat  
Fruita

9

**Rissoto de xampinyons\***  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Iogurt natural ECO sense sucre

10

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

13

Crema suau de llenties, carbassa i pastanaga  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

14

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

15

Arròs amb salsa de tomàquet  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

Espirals al **pesto\***  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i germinats  
Iogurt natural ECO sense sucre

17

Crema de bròquil  
Trita de patates  
Guarnició d'arròs blanc  
Fruita

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**

**Hamburguesa\*** completa  
(amb pa#)

Patates fregides casolanes  
Quètxup  
Fruita

27

Arròs integral amb verdures  
Peix blau\*\* amb **salsa teriyaki\***  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps

21

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

22

Crema de porros  
Llenties guisades amb arròs i hortalisses  
Fruita

23

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

24

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

28

Escudella barrejada vegetal  
Estofat de pollastre  
Fruita

29

Coliflor amb patata  
Peix blanc\*\* amb salsa de tomàquet  
Fruita

30

Cigrons estofats amb espinacs  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam  
Iogurt natural ECO sense sucre

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

## 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

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  
FESTA

2  
Espaguetis a la italiana  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam  
Iogurt natural ECO sense sucre

3  
Crema de carbassa  
Pastis de patata vegetal amb soja texturitzada ECO\*  
Fruita\*

6  
Tallarines amb verdures i salsa de soja  
Carn magra de porc amb samfaina  
Fruita\*

7  
Bledes amb patata  
Gall dindi agredolç  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita\*

8  
Purè de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties\* i formatge ratllat  
Fruita\*

9  
Rissoto de xampinyons\*  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Iogurt natural ECO sense sucre

10  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita\*

13  
Crema suau de llenties, carbassa i pastanaga  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita\*

14  
Mongeta tendra amb patata  
Cous-cous amb verdures i cigrons  
Fruita\*

15  
Arròs amb salsa de tomàquet  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita\*

16  
Espirals al pesto\*  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i germinats  
Iogurt natural ECO sense sucre

17  
Crema de bròquil  
Trita de patates  
Guarnició d'arròs blanc  
Fruita\*

20  
ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS  
Hamburguesa\* completa (amb pa#)  
Patates fregides casolanes

21  
Cigrons saltejats amb verdures  
Pit de pollastre arrebossat\*  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita\*

22  
Crema de porros  
Llenties guisades amb arròs i hortalisses  
Fruita\*

23  
Espinacs amb patata  
Macarrons amb salsa de tomàquet i trossets de gall dindi  
Iogurt natural ECO sense sucre

24  
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita\*

27  
Arròs integral amb verdures  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita\*

28  
Escudella barrejada vegetal  
Estofat de pollastre  
Fruita\*

29  
Coliflor amb patata  
Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet  
Fruita\*

30  
Cigrons estofats amb espinacs  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam  
Iogurt natural ECO sense sucre

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

## 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  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt natural ECO sense sucre

3

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

6

Tallarines amb verdures i salsa de soja  
Carn magra de porc amb samfaina  
Fruita

7

Bledes amb patata  
Gall dindi agredolç  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

8

Purè de verdures  
Macarrons integrals amb **trossets de vedella\*** i formatge ratllat  
Fruita

9

Rissoto de xampinyons  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

10

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

13

Crema suau de carbassa i pastanaga  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

14

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

15

Arròs amb salsa de tomàquet  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

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

17

Crema de bròquil  
Truita de patates  
Guarnició d'arròs blanc  
Fruita

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**

**Hamburguesa\*** completa  
Patates fregides casolanes  
Quètxup  
Fruita

21

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

22

Crema de porros  
Llom a la planxa  
Amanida d'enciam  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
**Canelons de peix\*** gratinats  
logurt natural ECO sense sucre

24

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

27

Arròs integral amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa teriyaki  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps

28

Escudella barrejada vegetal  
Estofat de pollastre  
Fruita

29

Coliflor amb patata  
Peix blanc\*\* amb salsa de tomàquet  
Fruita

30

Cigrons estofats amb espinacs  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt natural ECO sense sucre

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

## 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

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

## 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

FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**logurt de soja#**

3

Crema de carbassa  
Pastis de patata vegetal amb **soja texturitzada ECO\***  
(sense beixamel ni formatge i amb sofregit)  
Fruita

6

Tallarines amb verdures i salsa de soja  
Carn magra de porc amb samfaina  
Fruita

7

Bledes amb patata  
Gall dindi **agredolç\***  
Amanida d'enciam  
Fruita

8

Purè de verdures  
Macarrons integrals amb **bolonyesa de lleties\***  
(sense formatge)  
Fruita

9

Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt de soja#**

10

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

13

Crema suau de lleties, carbassa i pastanaga  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

14

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

15

Arròs amb salsa de tomàquet  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

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

17

Crema de bròquil  
Trita de patates  
Guarnició d'arròs blanc  
Fruita

20

**ÒPOT PEL DRETS DELS INFANTS**

**Hamburguesa\*** completa  
(amb pa# i sense formatge)  
Patates fregides casolanes  
Quètxup  
Fruita

21

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

22

Crema de porros (sense llet)  
Lleties guisades amb arròs i hortalisses  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Macarrons amb salsa de tomàquet i cavalla  
**logurt de soja#**

24

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

27

Arròs integral amb verdures  
Peix blau\*\* amb **salsa teriyaki\***  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps

28

Escudella barrejada vegetal  
Estofat de pollastre  
Fruita

29

Coliflor amb patata  
Peix blanc\*\* amb salsa de tomàquet  
Fruita

30

Cigrons estofats amb espinacs  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**logurt de soja#**

**\*Plat o producte sense PLV ni traces.**  
**# Producte especial sense PLV ni traces.**

## 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

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

## 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  
FESTA

2

Espaguetis a la italiana  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt natural ECO sense sucre

3

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

6

Tallarines amb verdures i salsa de soja  
Mandonguilles vegetals amb samfaina  
Fruita

7

Bledes amb patata  
**Gall dindi\*** agredolç  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

8

Purè de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa de  
lleties i formatge ratllat  
Fruita

9

Rissoto de xampinyons  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

10

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

13

Crema suau de lleties, carbassa i  
pastanaga  
**Aletes de pollastre\*** al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

14

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

15

Arròs amb salsa de tomàquet  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

16

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

17

Crema de bròquil  
Trita de patates  
Guarnició d'arròs blanc  
Fruita

20

**ÒPAT PEL DRETS DELS INFANTS**  
Hamburguesa vegetal completa  
Patates fregides casolanes  
Quètxup  
Fruita

21

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

22

Crema de porros  
Lleties guisades amb arròs  
i hortalisses  
Fruita

23

Espinacs amb patata  
Canelons de peix gratinats  
logurt natural ECO sense sucre

24

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

27

Arròs integral amb verdures  
Peix blau\*\* amb salsa teriyaki  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps

28

Escudella barrejada vegetal  
Estofat de **pollastre\***  
Fruita

29

Coliflor amb patata  
Peix blanc\*\* amb salsa de tomàquet  
Fruita

30

Cigrons estofats amb espinacs  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt natural ECO sense sucre

**\*Producte Halal**

## 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

