

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Producte Halal

2
VACANCES DE NADAL

3
VACANCES DE NADAL

4
VACANCES DE NADAL

5
VACANCES DE NADAL

8

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

9

Llenties estofades amb hortalisses
Hamburguesa de vedella*
Amanida d'enciam i poma
Fruita

10

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

11

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

12

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

15

Escudella barrejada
(brou vegetal)
Peix blanc** al forn amb salsa de
tomàquet
Fruita

16

Bròquil amb patata
Pollastre* a l'allada
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

17

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

18

Rissoto de xampinyons
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

19

Crema de pèsols
Tiretes de peix blanc** cruixents
casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

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

23

Crema de pastanaga
Cous-cous amb verdures i cigrons
Fruita

24

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

25

Patates estofades amb hortalisses
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural ECO sense sucre

26

Espinacs amb patata
Canelons de bacallà gratinats
Fruita

29

Sopa de brou amb pistons
(brou vegetal)
Peix blau** al forn amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

30

Mongetes blanques amb
picada d'all i julivert
Pit de pollastre* arrebossat
Amanida d'enciam i olives
Fruita

31

Arròs amb salsa de tomàquet
Falafel de cigrons
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

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

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

2
VACANCES DE NADAL

3
VACANCES DE NADAL

4
VACANCES DE NADAL

5
VACANCES DE NADAL

8
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de pollastre*
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

9
Llenties estofades amb hortalisses
Hamburguesa de vedella*
Amanida d'enciam i poma
Fruita

10
Bledes amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

11
Crema de carbassa
Pastís de patata vegetal amb **tofu i seitan***
Fruita

12
Espaguetis a la italiana
Peix blanc** al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam
Fruita

15
Escudella barrejada
Peix blanc** al forn amb salsa de tomàquet
Fruita

16
Bròquil amb patata
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

17
Purè de verdures
Macarrons integrals amb **bolonyesa de llenties*** i formatge ratllat
Fruita

18
Rissoto de xampinyons
Trita de pernil
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

19
Crema de pèsols
Tiretes* de peix blanc** cruixents casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22
Llenties saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

23
Crema de pastanaga
Cous-cous* amb verdures i cigrons
Fruita

24
Arròs amb salsa de tomàquet
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i poma
Fruita

25
Patates estofades amb hortalisses
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural ECO sense sucre

26
Espinacs amb patata
Canelons de carn* gratinats
Fruita

29
Sopa de brou amb pistons
Peix blau** al forn amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

30
Mongetes blanques amb picada d'all i julivert
Pit de pollastre **arrebossat***
Amanida d'enciam i olives
Fruita

31
Arròs amb salsa de tomàquet
Falafel de cigrons*
Amanida d'enciam
Fruita

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

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

1

VACANCES DE NADAL

2

VACANCES DE NADAL

3

VACANCES DE NADAL

4

VACANCES DE NADAL

5

VACANCES DE NADAL

8

Arròs amb salsa de tomàquet

Croquetes de pollastre*

Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

9

Llenties estofades amb hortalisses

Hamburguesa de vedella*

Amanida d'enciam i poma
Fruita*

10

Bledes amb patata

Truita de formatge

Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita*

11

Crema de carbassa

Pastís de patata vegetal amb **tofu i**

seitan*
Fruita*

12

Espaguetis a la italiana

Ous durs al forn amb salsa verda

Amanida d'enciam
Fruita*

15

Escudella barrejada

Mandonguilles vegetals* al forn amb
salsa de tomàquet

Fruita*

16

Bròquil amb patata

Pollastre a l'allada

Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita*

17

Purè de verdures

Macarrons integrals amb **bolonyesa de**

llenties* i formatge ratllat
Fruita*

18

Rissoto de xampinyons

Truita de pernil

Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

19

Crema de pèsols

Tiretes* de gall dindi cruixents casolanes

Amanida d'enciam i olives
Fruita*

22

Llenties saltejades amb verdures i curri

Aletes de pollastre al forn

Amanida d'enciam i tomàquet

Fruita*

23

Crema de pastanaga

Cous-cous* amb verdures i cigrons

Fruita*

24

Arròs amb salsa de tomàquet

Truita a la francesa

Amanida d'enciam i poma

Fruita*

25

Patates estofades amb hortalisses

Hamburguesa casolana de llegums*

Amanida d'enciam i germinats
logurt natural ECO sense sucre

26

Espinacs amb patata

Macarrons amb salsa de tomàquet i

trossets de vedella*

Fruita*

29

Sopa de brou amb pistons

Ous durs al forn amb salsa de verdures

Amanida d'enciam i col llombarda

Fruita*

30

Mongetes blanques amb

picada d'all i julivert

Pit de pollastre **arrebossat***

Amanida d'enciam i olives

Fruita*

31

Arròs amb salsa de tomàquet

Falafel de cigrons*

Amanida d'enciam

Fruita*

***Plat o producte sense fruits secs, préssec, taronja, peix ni traces**

#Producte especial sense fruits secs, préssec, taronja ni peix

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 lleties ni traces

2
VACANCES DE NADAL

3
VACANCES DE NADAL

4
VACANCES DE NADAL

5
VACANCES DE NADAL

8
Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de pollastre
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

9
Patates estofades amb hortalisses
Hamburguesa de vedella
Amanida d'enciam i poma
Fruita

10
Bledes amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

11
Crema de carbassa
Pastís de patata vegetal amb soja
texturitzada ECO
Fruita

12
Espaguetis a la italiana
Peix blanc** al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

15
Escudella barrejada
Peix blanc** al forn amb salsa de
tomàquet
Fruita

16
Bròquil amb patata
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

17
Purè de verdures
Macarrons amb salsa de tomàquet i
cavalla i formatge ratllat
Fruita

18
Rissoto de xampinyons
Truita de pernil
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

19
Crema de pèsols
Tiretes de peix blanc** cruixents
casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22
Patates saltejades amb verdures i curri
Aletes de pollastre al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

23
Crema de pastanaga
Cous-cous amb verdures i cigrons
Fruita

24
Arròs amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i poma
Fruita

25
Patates estofades amb hortalisses
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural ECO sense sucre

26
Espinacs amb patata
Canelons de carn gratinats
Fruita

29
Sopa de brou amb pistons
Peix blau** al forn amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

30
Mongetes blanques amb
picada d'all i julivert
Pit de pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i olives
Fruita

31
Arròs amb salsa de tomàquet
Falafel de cigrons
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

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

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

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

2
 VACANCES DE NADAL

3
 VACANCES DE NADAL

4
 VACANCES DE NADAL

5
 VACANCES DE NADAL

8
 Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill#
 Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt de soja#

9
 Llenties estofades amb hortalisses
Hamburguesa de vedella*
 Amanida d'enciam i poma
 Fruita

10
 Bledes amb patata
 Truita a la francesa
 Amanida d'enciam i blat de moro
 Fruita

11
 Crema de carbassa
 Pastís de patata vegetal amb **soja texturitzada ECO***
 (sense beixamel ni formatge i amb sofregit casolà)
 Fruita

12
 Espaguetis a la italiana
 Peix blanc** al forn amb salsa verda
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
 Fruita

15
 Escudella barrejada
 Peix blanc** al forn amb salsa de tomàquet
 Fruita

16
 Bròquil amb patata
 Pollastre a l'allada
 Amanida d'enciam
 Fruita

17
 Puré de verdures
 Macarrons integrals amb **bolonyesa de llenties***
 (sense formatge)
 Fruita

18
 Arròs saltejat amb xampinyons
 Truita de **pernil***
 Amanida d'enciam i pastanaga
logurt de soja#

19
 Crema de pèsols
Tiretes* de peix blanc** cruixents casolanes
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

22
 Llenties saltejades amb verdures i curri
 Aletes de pollastre al forn
 Amanida d'enciam i tomàquet
 Fruita

23
 Crema de pastanaga
 Cous-cous amb verdures i cigrons
 Fruita

24
 Arròs amb salsa de tomàquet
 Truita a la francesa
 Amanida d'enciam i poma
 Fruita

25
 Patates estofades amb hortalisses
 Peix fresc de mercat
 Amanida d'enciam i germinats
logurt de soja#

26
 Espinacs amb patata
 Macarrons amb salsa de tomàquet i **trossets de vedella***
 Fruita

29
 Sopa de brou amb pistons
 Peix blau** al forn amb salsa de verdures
 Amanida d'enciam i col llombarda
 Fruita

30
 Mongetes blanques amb picada d'all i julivert
 Pit de pollastre **arrebossat***
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

31
 Arròs amb salsa de tomàquet
Falafel de cigrons*
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
 Fruita

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

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
 esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Producte Halal

2

VACANCES DE NADAL

3

VACANCES DE NADAL

4

VACANCES DE NADAL

5

VACANCES DE NADAL

8

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

9

Llenties estofades amb hortalisses
Hamburguesa vegetal
Amanida d'enciam i poma
Fruita

10

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

11

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

12

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

15

Escudella barrejada
(brou vegetal)
Peix blanc** al forn amb salsa de
tomàquet
Fruita

16

Bròquil amb patata
Pollastre* a l'allada
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

17

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

18

Rissoto de xampinyons
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

19

Crema de pèsols
Tiretes de peix blanc** cruixents
casolanes
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

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

23

Crema de pastanaga
Cous-cous amb verdures i cigrons
Fruita

24

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

25

Patates estofades amb hortalisses
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural ECO sense sucre

26

Espinacs amb patata
Canelons de bacallà gratinats
Fruita

29

Sopa de brou amb pistons
(brou vegetal)
Peix blau** al forn amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

30

Mongetes blanques amb
picada d'all i julivert
Pit de pollastre* arrebossat
Amanida d'enciam i olives
Fruita

31

Arròs amb salsa de tomàquet
Falafel de cigrons
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

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

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

