

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.**

***Producte Halal**

**1
FESTA**

**4
FESTA**

5
Arròs tres delícies **sense carn**
Trita francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

6
Purè de verdures
Macarrons integrals a la bolonyesa de llenties i formatge ratllat
Fruita

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

8
Espinacs amb patata
Salsitxes vegetals a la planxa
Ceba confitada
Fruita

11
Llenties estofades amb hortalisses
Trita de formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12
Espaguetis a la carbonara **sense bacó**
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

13
Mongeta tendra amb patata
Aletes de pollastre **HALAL**
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

14
Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

15
Sopa de brou vegetal amb pistons
Pastís de patata amb soja ECO texturitzada
Fruita

18
Pèsols amb patata
Pollastre al forn **HALAL**
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

19
Llacets amb salsa de remolatxa
Trita de patata, moniato i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

20
DIÀ DELS DRETS DELS INFANTS
Escudella barrejada amb brou vegetal
Escalopa de vedella **HALAL**
Amanida d'enciam i blat de moro
Crepes amb xocolata

21
Bledes amb patata saltejades amb alliet
Llenties guisades amb arròs
Fruita

22
Rissoto de carbassa
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

25
Llenties amb verdures i curri
Gall dindi **HALAL** arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

26
Coliflor amb patata
Pizza casolana amb bolonyesa de soja texturitzada
Fruita

27
Arròs amb tomàquet
Trita de formatge
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

28
Tallarines al pesto
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

29
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Estofat de pollastre **HALAL**
Fruita

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 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)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitò entre d'altres

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

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

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

1
FESTA

4
FESTA

5
Arròs tres delícies
Trita francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

6
Purè de verdures
Macarrons integrals a la bolonyesa de llenties i formatge ratllat
Fruita

7
Cigrans saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de peix blanc casolanes***
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

8
Espinacs amb patata
Botifarra de porc
Ceba confitada
Fruita

11
Llenties estofades amb hortalisses
Trita de formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12
Espaguetis a la carbonara
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam
Fruita

13
Mongeta tendra amb patata
Aletes de pollastre
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

14
Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

15
Sopa de brou vegetal amb pistons
Pastís de patata amb llenties*
Fruita

18
Pèsols amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

19
Llacets amb salsa de remolatxa
Trita de patata, moniato i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

20
DIA DELS DRETS DELS INFANTS
Escudella barrejada
Escalopa de vedella*
Amanida d'enciam i blat de moro
Creps amb xocolata

21
Bledes amb patata saltejades amb alliet
Llenties guisades amb arròs
Fruita

22
Rissoto de carbassa
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

25
Llenties amb verdures i curri
Gall dindi arrebossat a les fines herbes*
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

26
Coliflor amb patata
Pizza casolana amb pernil
Fruita

27
Arròs amb tomàquet
Ous amb pernil i xampinyons
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

28
Tallarines al **pesto***
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

29
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Estofat de pollastre
Fruita

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 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)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

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

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

4
FESTA

5
Arròs tres delícies
 Truita francesa
 Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita*

6
Purè de verdures
 Macarrons **integrals** a la bolonyesa de
 llenties i formatge ratllat
Fruita*

7
Cigrans saltejats amb all i pebre vermell
Formatge Edam arrebossat*
 Amanida d'enciam i olives
 logurt natural ECO sense sucre

8
Espinacs amb patata
 Botifarra de porc
 Ceba confitada
Fruita*

11
Llenties estofades amb hortalisses
 Truita de formatge
 Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita*

12
Espaguetis a la carbonara
Seitan a la planxa*
 Amanida d'enciam
Fruita*

13
Mongeta tendra amb patata
 Aletes de pollastre
 Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita*

14
Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i
 formatge
 Truita a la francesa
 Amanida d'enciam i poma
 logurt natural ECO sense sucre

15
Sopa de brou vegetal amb pistons
Pastís de patata amb llenties*
Fruita*

18
Pèsols amb patata
 Pollastre al forn
 Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita*

19
Llacets amb salsa de remolatxa
 Truita de patata, moniato i ceba
 Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

20
DIA DELS DRETS DELS INFANTS
 Escudella barrejada
Escalopa de vedella*
 Amanida d'enciam i blat de moro
 Creps amb xocolata

21
Bledes amb patata saltejades amb alliet
 Llenties guisades amb arròs
Fruita*

22
Rissoto de carbassa
 Truita a la francesa
 Amanida d'enciam i olives
Fruita*

25
Llenties amb verdures i curri
**Gall dindi arrebossat a les fines
 herbes***
 Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita*

26
Coliflor amb patata
 Pizza casolana amb pernil
Fruita*

27
Arròs amb tomàquet
 Ous amb pernil i xampinyons
 Amanida d'enciam i germinats
Fruita*

28
Tallarines al **pesto***
 Hamburguesa vegetal a la planxa
 Amanida d'enciam i poma
 logurt natural ECO sense sucre

29
Crema de mongeta blanca, porros i pera
 Estofat de pollastre
Fruita*

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
 logurt 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)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,
 entre d'altres
 Peix blau: Sardina, Salmó,
 Palometa, Seitó entre d'altres

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

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

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

1
FESTA

4
FESTA

5
Arròs tres delícies
Truita francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

6
Purè de verdures
Macarrons **integrals** a la bolonyesa de lleties i formatge ratllat
Fruita

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

8
Espinacs amb patata
Botifarra de porc
Ceba confitada
Fruita

11
Patates estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

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

13
Mongeta tendra amb patata
Aletes de pollastre
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

14
Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

15
Sopa de brou vegetal amb pistons
Pastís de patata amb soja ECO texturitzada
Fruita

18
Pèsols amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

19
Llacets amb salsa de remolatxa
Truita de patata, moniato i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

20
DIÀ DELS DRETS DELS INFANTS
Escudella barrejada
Escalopa de vedella
Amanida d'enciam i blat de moro
Creps amb xocolata

21
Bledes amb patata saltejades amballet
Arròs amb trossets de gall dindi
Fruita

22
Rissoto de carbassa
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

25
Patates amb verdures i curri
Gall dindi arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

26
Coliflor amb patata
Pizza casolana amb bolonyesa de soja texturitzada
Fruita

27
Arròs amb tomàquet
Ous amb pernil i xampinyons
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

28
Tallarines al pesto
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

29
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Estofat de pollastre
Fruita

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 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)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

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

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

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

1
FESTA

4
FESTA

5
Arròs tres delícies
Truita francesa
Amanida d'enciam
Fruita

6
Purè de verdures
Macarrons integrals a la bolonyesa de llenties
Fruita

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
logurt de soja#

8
Espinacs amb patata
Botifarra de porc
Ceba confitada
Fruita

11
Llenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

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

13
Mongeta tendra amb patata
Aletes de pollastre
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

14
Arròs amb salsa de tomàquet i pèsols
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i poma
logurt de soja#

15
Sopa de brou vegetal amb pistons
Pastis de patata amb soja ECO texturitzada# (sense beixamel ni formatge)
Fruita

18
Pèsols amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

19
Llacets amb salsa de remolatxa
Truita de patata, moniato i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

20
DIA DELS DRETS DELS INFANTS
Escudella barrejada
Escalopa de vedella
Amanida d'enciam i blat de moro
Crema de xocolata de soja#

21
Bledes amb patata saltejades amb alliet
Llenties guisades amb arròs
Fruita

22
Arròs amb carbassa
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

25
Llenties amb verdures i curri
Gall dindi arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

26
Coliflor amb patata
Pizza# casolana amb bolonyesa de soja texturitzada amb formatge vegà#
Fruita

27
Arròs amb tomàquet
Truita de pernil
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

28
Tallarines amb alfàbrega
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i poma
logurt de soja#

29
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Estofat de pollastre
Fruita

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 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)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

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

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

***Producte Halal**

1
FESTA

4
FESTA

5
Arròs tres delícies **sense carn**
Truita francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

6
Purè de verdures
Macarrons integrals a la bolonyesa de llenties i formatge ratllat
Fruita

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

8
Espinacs amb patata
Salsitxes vegetals a la planxa
Ceba confitada
Fruita

11
Llenties estofades amb hortalisses
Truita de formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12
Espaguetis a la carbonara **sense bacó**
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

13
Mongeta tendra amb patata
Aletes de pollastre **HALAL**
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

14
Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

15
Sopa de brou vegetal amb pistons
Pastís de patata amb soja ECO texturitzada
Fruita

18
Pèsols amb patata
Pollastre al forn **HALAL**
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

19
Llacets amb salsa de remolatxa
Truita de patata, moniato i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

20
DIÀ DELS DRETS DELS INFANTS
Escudella barrejada amb brou vegetal
Croquetes de mill
Amanida d'enciam i blat de moro
Crepes amb xocolata

21
Bledes amb patata saltejades amb alliet
Llenties guisades amb arròs
Fruita

22
Rissoto de carbassa
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

25
Llenties amb verdures i curri
Gall dindi **HALAL** arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

26
Coliflor amb patata
Pizza casolana amb bolonyesa de soja texturitzada
Fruita

27
Arròs amb tomàquet
Truita de formatge
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

28
Tallarines al pesto
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

29
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Estofat de pollastre **HALAL**
Fruita

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 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)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitò entre d'altres

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

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

4
FESTA

11
Llenties estofades amb hortalisses
Trita de **formatge#**
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

18
Pèsols amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

25
Llenties amb verdures i curri
Gall dindi arrebossat a les fines herbes
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

DIMARTS

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

5
Arròs tres delícies
Trita francesa
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**
Fruita

12
Espaguetis a la **carbonara#**
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

19
Llacets amb salsa de remolatxa
Trita de patata, moniato i ceba
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

26
Coliflor amb patata
Pizza# casolana amb bolonyesa de soja
texturitzada amb **formatge sense lactosa#**
Fruita

DIMECRES

6
Purè de verdures
Macarrons integrals a la bolonyesa de
llenties i **formatge ratllat#**
Fruita

13
Mongeta tendra amb patata
Aletes de pollastre
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

20
DIA DELS DRETS DELS INFANTS
Escudella barrejada
Escalopa de vedella
Amanida d'enciam i blat de moro
Crema de xocolata de soja#

27
Arròs amb tomàquet
Trita de pernil
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIJOUS

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Tiretes de peix blanc** casolanes
Amanida d'enciam i olives
logurt natural sense lactosa#

14
Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i
formatge#
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense lactosa#

21
Bledes amb patata saltejades amb alliet
Llenties guisades amb arròs
Fruita

28
Tallarines al **pesto#**
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i poma
logurt natural sense lactosa#

DIVENDRES

1
FESTA

8
Espinacs amb patata
Botifarra de porc
Ceba confitada
Fruita

15
Sopa de brou vegetal amb pistons
Pastís de patata amb soja ECO
texturitzada# (sense beixamel i amb formatge sense lactosa)
Fruita

22
Arròs amb carbassa
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

29
Crema de mongeta blanca, porros i pera
Estofat de pollastre
Fruita

Elaborat per dietistes-nutricionistes col·legiats

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 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)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire,
entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó,
Palometa, Seitó entre d'altres

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

