

DILLUNS

3

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

10

Espirals amb salsa de formatge
Truita francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

17

Paella de verdures (amb arròs vaporitzat)
Gall de Sant Pere amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

Sopa de brou vegetal amb lletres
Gall dindi* al curri
Amanida d'enciam i olives
Fruita

DIMARTS

4

Coliflor amb patata
Pizza casolana amb bolonyesa de soja
texturitzada
Fruita

11

Escudella barrejada
Fricandó de **vedella*** amb bolets
Fruita

18

Crema de bròquil
Burrito amb picada de soja texturitzada
Patates xip
Fruita

25

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita francesa
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIMECRES

5

Llenties amb verdures i curri
Pollastre* al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12

Arròs amb verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

19

Espaguetis al funghi
Pollastre* rostit
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

26

Arròs amb verdures i curri
Palometa empanada
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

DIJOUS

6

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

13

Cigrons saltejats amb espinacs
Daus de **gall dindi*** agredolços
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

20

Llenties estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

27

DIJOUS GRAS
Mongetes blanques saltejades amb all i
julivert
Botifarra de pollastre*
Patates fregides
Fruita

DIVENDRES

7

Crema de pastanaga
Estofat de **gall dindi***
Fruita

14

Purè de verdures
Lasanya de llenties
Fruita

21

Mongeta tendra amb patata
Bacallà al forn amb llimona
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

28

APÒT DE CARNESTOLTES
Purè de verdures
Pizza casolana de cavallà
logurt natural ECO sense sucre

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

***Producte Halal**

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

3

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

10

Espirals amb salsa de formatge
Truita francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

17

Paella de verdures (amb arròs vaporitzat)
Gall de Sant Pere amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

Sopa de brou vegetal amb lletres
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i olives
Fruita

DIMARTS

4

Coliflor amb patata
Pizza casolana amb cavalla
Fruita

11

Escudella barrejada
Fricandó de vedella amb bolets
Fruita

18

Crema de bròquil
Burrito amb cavalla
Patates xip
Fruita

25

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita francesa
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIMECRES

5

Llenties amb verdures i curri
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12

Arròs amb verdures
Tiretes de lluç casolanes*
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

19

Espaguetis al funghi
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

26

Arròs amb verdures i curri
Palometa **empanada***
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

DIJOUS

6

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

13

Cigrons saltejats amb espinacs
Daus de gall dindi agredolços
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

20

Llenties estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam
logurt natural ECO sense sucre

27

DIJOUS GRAS
Mongetes blanques saltejades amb all i
julivert
Carn magra de poc a la planxa
Patates fregides
Fruita

DIVENDRES

7

Crema de pastanaga
Estofat de gall dindi
Fruita

14

Purè de verdures
Lasanya de llenties
Fruita

21

Mongeta tendra amb patata
Bacallà al forn amb llimona
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

28

APÒT DE CARN ESTOLTES
Purè de verdures
Pizza casolana de cavalla
logurt natural ECO sense sucre

****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**

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, Seitò entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

3

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

10

Espirals amb salsa de formatge
Truita francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

17

Paella de verdures (amb arròs vaporitzat)
Ous durs amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita*

24

Sopa de brou vegetal amb lletres
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

DIMARTS

4

Coliflor amb patata
Pizza casolana Margarita
Fruita*

11

Escudella barrejada
Fricandó de vedella amb bolets
Fruita*

18

Crema de bròquil
Burrito amb trossets de gall dindi*
Patates xip
Fruita*

25

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita francesa
Amanida d'enciam i germinats
Fruita*

DIMECRES

5

Llenties amb verdures i curri
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita*

12

Arròs amb verdures
Croquetes de mill#
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

19

Espaguetis al funghi
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita*

26

Arròs amb verdures i curri
Formatge Edam arrebossat*
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

DIJOUS

6

Tallarines al **pesto***
Hamburguesa de vedella*
Amanida d'enciam i poma
logurt natural ECO sense sucre

13

Cigrons saltejats amb espinacs
Daus de gall dindi agredolços
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

20

Llenties estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam
logurt natural ECO sense sucre

27

DIJOUS GRAS
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Carn magra de poc a la planxa
Patates fregides
Fruita

DIVENDRES

7

Crema de pastanaga
Estofat de gall dindi
Fruita*

14

Purè de verdures
Lasanya de llenties
Fruita*

21

Mongeta tendra amb patata
Hamburguesa de vedella*
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

28

APÒT DE CARN ESTOLTES
Purè de verdures
Pizza casolana Margarita
logurt natural ECO sense sucre

*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 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

3

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

10

Espirals amb salsa de formatge
Truita farcida de bacó / Ous remenats
amb bacó
Amanida d'enciam i olives
Fruita

17

Paella de verdures (amb arròs vaporitzat)
Gall de Sant Pere amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

Sopa de brou vegetal amb lletres
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i olives
Fruita

DIMARTS

4

Coliflor amb patata
Pizza casolana amb bolonyesa de soja
texturitzada
Fruita

11

Escudella barrejada
Fricandó de vedella amb bolets
Fruita

18

Crema de bròquil
Burrito amb picada de soja texturitzada
Patates xip
Fruita

25

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita francesa
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIMECRES

5

Patates amb verdures i curri
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12

Arròs amb verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

19

Espaguetis al funghi
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

26

Arròs amb verdures i curri
Palometa empanada
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

DIJOUS

6

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

13

Cigrons saltejats amb espinacs
Daus de gall dindi agredolços
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

Patates estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

27

DIJOUS GRAS
Mongetes blanques saltejades amb all i
julivert
Botifarra de porc
Patates fregides
Fruita

DIVENDRES

7

Crema de pastanaga
Estofat de gall dindi
Fruita

14

Purè de verdures
Lasanya de carn magra
Fruita

21

Mongeta tendra amb patata
Bacallà al forn amb llimona
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

28

APÒT DE CARN ESTOLTES
Purè de verdures
Pizza casolana de cavallà
logurt natural ECO sense sucre

****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**

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

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

3

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

10

Espirals amb tomàquet **(amb formatge vegà#)**
Truita farcida de **bacó*** / Ous remenats amb **bacó***
Amanida d'enciam i olives
Fruita

17

Paella de verdures (amb arròs vaporitzat)
Gall de Sant Pere amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

Sopa de brou vegetal amb lletres
Gall dindi a la planxa amb curri
Amanida d'enciam i olives
Fruita

DIMARTS

4

Coliflor amb patata
Pizza casolana amb bolonyesa de soja texturitzada **(amb formatge vegà#)**
Fruita

11

Escudella barrejada
Fricandó de vedella amb bolets
Fruita

18

Crema* de bròquil
Burrito amb picada de soja texturitzada **(amb formatge vegà#)**
Patates xip
Fruita

25

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita francesa
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIMECRES

5

Llenties amb verdures i curri
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12

Arròs amb verdures
Tiretes de lluç casolanes*
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

19

Espaguetis amb xampinyons **(amb formatge vegà#)**
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

26

Arròs amb verdures i curri
Palometa **empanada***
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

DIJOUS

6

Tallarines al pesto **(amb formatge vegà#)**
Peix fresc** de mercat
Amanida d'enciam i poma
logurt de soja#

13

Cigrons saltejats amb espinacs
Daus de gall dindi agredolços
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt de soja#

20

Llenties estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt de soja#

27

DIJOUS GRAS
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Botifarra de porc*
Patates fregides
Fruita

DIVENDRES

7

Crema* de pastanaga
Estofat de gall dindi
Fruita

14

Puré* de verdures
Lasanya de llenties **(sense beixamel i amb sofregit i formatge vegà#)**
Fruita

21

Mongeta tendra amb patata
Bacallà al forn amb llimona
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

28

APÀT DE CARNES TOLTES
Puré* de verdures
Pizza casolana de cavalla **(amb formatge vegà#)**
logurt de soja#

****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.

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

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

3

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

10

Espirals amb salsa de formatge
Truita francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

17

Paella de verdures (amb arròs vaporitzat)
Gall de Sant Pere amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

Sopa de brou vegetal amb lletres
Gall dindi* al curri
Amanida d'enciam i olives
Fruita

DIMARTS

4

Coliflor amb patata
Pizza casolana amb bolonyesa de soja
texturitzada
Fruita

11

Escudella barrejada
Pollastre* a la planxa amb xampinyons
Fruita

18

Crema de bròquil
Burrito amb picada de soja texturitzada
Patates xip
Fruita

25

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita francesa
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIMECRES

5

Llenties amb verdures i curri
Pollastre* al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12

Arròs amb verdures
Tiretes de lluç casolanes
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

19

Espaguetis al funghi
Pollastre* rostit
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

26

Arròs amb verdures i curri
Palometa empanada
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

DIJOUS

6

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

13

Cigrons saltejats amb espinacs
Daus de **gall dindi*** agredolços
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

20

Llenties estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

27

DIJOUS GRAS
Mongetes blanques saltejades amb all i
julivert
Botifarra de pollastre*
Patates fregides
Fruita

DIVENDRES

7

Crema de pastanaga
Estofat de **gall dindi***
Fruita

14

Purè de verdures
Lasanya de llenties
Fruita

21

Mongeta tendra amb patata
Bacallà al forn amb llimona
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

28

APÒT DE CARNESTOLTES
Purè de verdures
Pizza casolana de cavallà
logurt natural ECO sense sucre

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

***Producte Halal**

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

3

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

10

Espirals amb tomàquet **(amb formatge#)**
Truita farcida de **bacó*** / Ous remenats
amb **bacó***
Amanida d'enciam i olives
Fruita

17

Paella de verdures (amb arròs vaporitzat)
Gall de Sant Pere amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

Sopa de brou vegetal amb lletres
Gall dindi a la planxa amb curri
Amanida d'enciam i olives
Fruita

DIMARTS

4

Coliflor amb patata
Pizza casolana amb bolonyesa de soja
texturitzada **(amb formatge#)**
Fruita

11

Escudella barrejada
Fricandó de vedella amb bolets
Fruita

18

Crema* de bròquil
Burrito amb picada de soja texturitzada
(amb formatge#)
Patates xip
Fruita

25

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita francesa
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIMECRES

5

Llenties amb verdures i curri
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

12

Arròs amb verdures
Tiretes de lluç casolanes*
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

19

Espaguetis amb xampinyons **(amb formatge#)**
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

26

Arròs amb verdures i curri
Palometa **empanada***
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

DIJOUS

6

Tallarines al pesto **(amb formatge#)**
Peix fresc** de mercat
Amanida d'enciam i poma
logurt natural s/sucre s/lactosa#

13

Cigrons saltejats amb espinacs
Daus de gall dindi agredolços
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural s/sucre s/lactosa#

20

Llenties estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural s/sucre s/lactosa#

27

DIJOUS GRAS
Mongetes blanques saltejades amb all i
julivert
Botifarra de porc*
Patates fregides
Fruita

DIVENDRES

7

Crema* de pastanaga
Estofat de gall dindi
Fruita

14

Puré* de verdures
Lasanya de llenties **(sense beixamel i amb sofregit i formatge#)**
Fruita

21

Mongeta tendra amb patata
Bacallà al forn amb llimona
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

28

APÒT DE CARNESTOLTES
Puré* de verdures
Pizza casolana de cavalla **(amb formatge#)**
logurt natural s/sucre s/lactosa#

****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 lactosa ni traces**
#Producte espacial sense lactosa

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



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

