

Menú s/fruita seca Escola Ciutat Cooperativa - Abril

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Coliflor amb patata Pizza Margarita (amb tomàquet i mozzarella) Fruita de temporada	2 Arròs amb salsa de tomàquet Ous amb pernil i xampinyons Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	3 Fideuà de verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciams i poma logurt natural ECO s/sucre	4 Crema de pastanaga Gall dindi estofat Fruita de temporada
7 Espirals amb salsa de formatges Truita de bacó Enciams variats amanits amb olives verdes Fruita de temporada	8 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Daus de gall dindi agredolç Enciams variats amanits amb col llombarda Fruita de temporada	9 Arròs amb verdures Tiretes de lluç casolanes Enciams variats amanits amb pastanaga Fruita de temporada	10 Crema de verdures de temporada Lasanya de lleties logurt natural ECO s/sucre	11 Cigrons saltejats amb espinacs Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita de temporada
14	15	16	17	18
21 Tallarines al pesto d'alfàbrega Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	22 Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	23 Sopa de brou amb lletres Llibrets de llom, pernil i formatge Crema catalana	24 Bròquil amb patata Burrito amb tiretes de pollastre Patates xips Fruita de temporada	25 Lleties estofades amb hortalisses Gall Sant Pere amb salsa verda Enciams variats amanits amb remolatxa Fruita de temporada
28	29	30		

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/fruita seca, préssec, taronja ni peix Escola Ciutat Cooperativa - Abril

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Coliflor amb patata Pizza Margarita (amb tomàquet i mozzarella) Fruita de temporada	2 Arròs amb salsa de tomàquet Ous amb pernil i xampinyons Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	3 Fideuà de verdures Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciams i poma logurt natural ECO s/sucre	4 Crema de pastanaga Gall dindi estofat Fruita de temporada
7 Espirals amb salsa de formatges Truita de bacó Enciams variats amanits amb olives verdes Fruita de temporada	8 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Daus de gall dindi agredolç Enciams variats amanits amb col llombarda Fruita de temporada	9 Arròs amb verdures Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits amb pastanaga Fruita de temporada	10 Crema de verdures de temporada Lasanya de llenties logurt natural ECO s/sucre	11 Cigrons saltejats amb espinacs Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita de temporada
14	15	16	17	18
21	22 Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	23 Sopa de brou amb lletres Llom de porc arrebossat Crema catalana	24 Bròquil amb patata Burrito amb tires de pollastre Patates xips Fruita de temporada	25 Llenties estofades amb hortalisses Enciams variats amanits amb remolatxa Fruita de temporada
28 Tallarines al pesto d'alfàbrega Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	29 Mongetes blanques a l'hortelana Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	30 Bledes amb patates saltejades amballet Cuscús amb verdures i cigrons Fruita de temporada		

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/lactosa Escola Ciutat Cooperativa - Abril

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Coliflor amb patata Pizza s/gluten amb soja texturitzada s/gluten i formatge s/lact Fruita de temporada	2 Arròs amb salsa de tomàquet Ous amb pernil i xampinyons s/lactosa Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	3 Fideuà de verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciams i poma logurt natural sense sucre s/lactosa	4 Crema de pastanaga Gall dindi estofat Fruita de temporada
7 Espirals amb salsa de formatge s/lactosa Truita de bacó Enciams variats amanits amb olives verdes Fruita de temporada	8 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Daus de gall dindi agredolç Enciams variats amanits amb col llombarda Fruita de temporada	9 Arròs amb verdures Tiretes de lluç casolanes Enciams variats amanits amb pastanaga Fruita de temporada	10 Crema de verdures de temporada Lasanya de llenties amb formatge ratllat s/lactosa (s/gluten) logurt natural sense sucre s/lactosa	11 Cigrons saltejats amb espinacs Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita de temporada
14	15	16	17	18
21	22 Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	23 Sopa de brou amb lletres Llom de porc arrebossat Amanida d'enciams i pipes Crema de xocolata de soja s/gluten	24 Bròquil amb patata Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb formatge s/lactosa Patates xips Fruita de temporada	25 Llenties estofades amb hortalisses Gall Sant Pere amb salsa verda Enciams variats amanits amb remolatxa Fruita de temporada
28 Tallarines al pesto d'alfàbrega s/lact Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	29 Mongetes blanques a l'hortelana Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	30 Bledes amb patates saltejades amb allet Cuscús amb verdures i cigrons Fruita de temporada		

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/llenties Escola Ciutat Cooperativa - Abril

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Coliflor amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	2 Arròs amb salsa de tomàquet Ous amb pernil i xampinyons Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	3 Fideuà de verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciams i poma logurt natural ECO s/sucre	4 Crema de pastanaga Gall dindi estofat Fruita de temporada
7 Espirals amb salsa de formatges Truita de bacó Enciams variats amanits amb olives verdes Fruita de temporada	8 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Daus de gall dindi agredolç Enciams variats amanits amb col llombarda Fruita de temporada	9 Arròs amb verdures Tiretes de lluç casolanes Enciams variats amanits amb pastanaga Fruita de temporada	10 Crema de verdures de temporada Lasanya amb bolonyesa vegetal de soja s/lactosa logurt natural ECO s/sucre	11 Cigrons saltejats amb espinacs Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita de temporada
14	15	16	17	18
21	22 Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	23 Sopa de brou amb lletres Llibrets de llom, pernil i formatge Amanida d'enciams i pipes Crema catalana	24 Bròquil amb patata Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada Patates xips Fruita de temporada	25 Patates estofades amb hortalisses Gall Sant Pere amb salsa verda Enciams variats amanits amb remolatxa Fruita de temporada
28 Tallarines al pesto d'alfàbrega Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	29 Mongetes blanques a l'hortelana Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	30 Bledes amb patates saltejades amb allet Cuscús amb verdures i cigrons Fruita de temporada		

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/plv Escola Ciutat Cooperativa - Abril

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Coliflor amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada s/plv (vegà) Fruita de temporada	2 Arròs amb salsa de tomàquet Ous amb pernil i xampinyons amb formatge vegà (s/plv) Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	3 Fideuà de verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciams i poma logurt de soja	4 Crema de pastanaga Gall dindi estofat Fruita de temporada
7 Espirals amb oli, orenga i formatge vegà Truita de bacó Enciams variats amanits amb olives verdes Fruita de temporada	8 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) Daus de gall dindi agredolç Enciams variats amanits amb col llombarda Fruita de temporada	9 Arròs amb verdures Tiretes de lluç casolanes Enciams variats amanits amb pastanaga Fruita de temporada	10 Crema de verdures de temporada Lasanya de lleties amb formatge ratllat vegà (s/gluten) logurt de soja	11 Cigrons saltejats amb espinacs Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita de temporada
14	15	16	17	18
21	22 Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	23 Sopa de brou amb lletres Llom de porc arrebossat Amanida d'enciams i pipes Crema de xocolata de soja s/gluten	24 Bròquil amb patata Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb formatge vegà Patates xips Fruita de temporada	25 Lleties estofades amb hortalisses Gall Sant Pere amb salsa verda Enciams variats amanits amb remolatxa Fruita de temporada
28 Tallarines al pesto d'alfàbrega s/plv Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	29 Mongetes blanques a l'hortelana Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	30 Bledes amb patates saltejades amb allet Cuscús amb verdures i cigrons Fruita de temporada		

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/porc i Halal Escola Ciutat Cooperativa - Abril

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Coliflor amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	2 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de xampinyons Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	3 Fideuà de verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciams i poma logurt natural ECO s/sucre	4 Crema de pastanaga Gall dindi HALAL estofat Fruita de temporada
7 Espirals amb salsa de formatges Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes Fruita de temporada	8 Escudella barrejada vegetal (fideus, cigrons i mongetes seques) Daus de gall dindi HALAL agredolç Enciams variats amanits amb col llombarda Fruita de temporada	9 Arròs amb verdures Tiretes de lluç casolanes Enciams variats amanits amb pastanaga Fruita de temporada	10 Crema de verdures de temporada Lasanya de llenties logurt natural ECO s/sucre	11 Cigrons saltejats amb espinacs Hamburguesa vegetal amb bolets Fruita de temporada
14	15	16	17	18
21 Tallarines al pesto d'alfàbrega Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	22 Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	23 Sopa de brou vegetal amb lletres Formatge edam arrebossat Amanida d'enciams i pipes Crema catalana	24 Bròquil amb patata Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada Patates xips Fruita de temporada	25 Llenties estofades amb hortalisses Gall Sant Pere amb salsa verda Enciams variats amanits amb remolatxa Fruita de temporada
28	29	30		

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/Vedella-Halal Escola Ciutat Cooperativa - Abril

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Coliflor amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	2 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de xampinyons Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	3 Fideuà de verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciams i poma logurt natural ECO s/sucre	4 Crema de pastanaga Gall dindi HALAL estofat Fruita de temporada
7 Espirals amb salsa de formatges Truita a la francesa Enciams variats amanits amb olives verdes Fruita de temporada	8 Escudella barrejada vegetal (fideus, cigrons i mongetes seques) Daus de gall dindi HALAL agredolç Enciams variats amanits amb col llombarda Fruita de temporada	9 Arròs amb verdures Tiretes de lluç casolanes Enciams variats amanits amb pastanaga Fruita de temporada	10 Crema de verdures de temporada Lasanya de llenties logurt natural ECO s/sucre	11 Cigrons saltejats amb espinacs Hamburguesa vegetal amb bolets Fruita de temporada
14	15	16	17	18
21	22 Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	23 Sopa de brou vegetal amb lletres Formatge edam arrebossat Amanida d'enciams i pipes Crema catalana	24 Bròquil amb patata Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada Patates xips Fruita de temporada	25 Llenties estofades amb hortalisses Gall Sant Pere amb salsa verda Enciams variats amanits amb remolatxa Fruita de temporada
28 Tallarines al pesto d'alfàbrega Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	29 Mongetes blanques a l'hortelana Daus de gall dindi HALAL agredolç Amanida d'enciams amb germinats Fruita de temporada	30 Bledes amb patates saltejades amb alliet Cuscús amb verdures i cigrons Fruita de temporada		

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org

