

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTA

2

Arròs integral tres delícies#
(sense carn)
Bunyols de bacallà
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

3

Mongeta tendra amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i germinats
Fruita del temps

4

Llenties estofades amb arròs
Peix fresc de mercat
Amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps

5

Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

8

Mongeta tendra amb patata
Peix blanc** al forn
Ceba confitada
Fruita del temps

9

Crema de cigrons
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Espirals al funghi
Truita de patata i carbassó
Amanida d'enciam i formatge fresc
logurt natural ECO sense sucre

11

Arròs amb salsa de tomàquet
Calamars a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita del temps

12

Pèsols amb patata
Hamburguesa de vedella a la planxa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

15

Amanida de llenties vegetal
Truita de formatge
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita del temps

16

Coliflor amb patata
Croquetes de pollastre
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

17

Crema de verdures amb crostons
Espaguetis **integrals** amb bolonyesa de vedella
Fruita del temps

18

Paella de verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

19

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Pollastre al forn
Patates xips
Fruita del temps

22

Arròs amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps

23

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres amb brou d'au
Pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Crema catalana

24

Bròquil amb patata
Truita de patates i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

25

Cigrons amb espinacs
Pollastre al forn
Tomàquet al forn
Fruita del temps

26

Macarrons amb sofregit de tomàquet i verdures
Gall dindi amb salsa de poma (a part)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

29

FESTA

30

FESTA

****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 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTA

2

Arròs integral tres delícies#
(sense carn)
Croquetes de mill sense gluten#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural sense lactosa#

3

Mongeta tendra amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i germinats
Fruita del temps

4

Llenties estofades amb arròs
Peix fresc de mercat
Amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps

5

Espirals amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

8

Mongeta tendra amb patata
Peix blanc** al forn
Ceba confitada
Fruita del temps

9

Crema de cigrons
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Espirals saltejats amb xampinyons
Truita de patata i carbassó
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**
logurt natural sense lactosa#

11

Arròs amb salsa de tomàquet
Calamars a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita del temps

12

Pèsols amb patata
Hamburguesa de vedella* a la planxa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

15

Amanida de llentíes vegetal*
Truita de **formatge#**
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**
Fruita del temps

16

Coliflor amb patata
Croquetes de mill sense gluten#
Amanida d'enciam i olives
logurt natural sense lactosa#

17

Crema de verdures* sense crostons
Espaguetis **integrals** amb bolonyesa de vedella
Fruita del temps

18

Paella de verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

19

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Pollastre al forn
Patates xips
Fruita del temps

22

Arròs amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps

23

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres amb brou d'au
Pollastre **arrebossat***
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt de soja sabor xocolata#

24

Bròquil amb patata
Truita de patates i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

25

Cigrons amb espinacs
Pollastre al forn
Tomàquet al forn
Fruita del temps

26

Macarrons amb sofregit de tomàquet i verdures
Gall dindi amb **salsa de poma*** (a part)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

29

FESTA

30

FESTA

***Plat o producte sense porc ni lactosa**
#Plat o producte especial sense porc, lactosa ni traces.

****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 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



DILLUNS

1
FESTA

DIMARTS

2
Arròs **integral** tres delícies
Croquetes de mill sense gluten#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

DIMECRES

3
Mongeta tendra amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i germinats
Fruita del temps

DIJOUS

4
Llenties estofades amb arròs
Gall dindi a la planxa
Amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps

DIVENDRES

5
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

8
Mongeta tendra amb patata
Carn magra de porc a la planxa
Ceba confitada
Fruita del temps

9
Crema de cigrons
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

10
Espirals al funghi
Truita de patata i carbassó
Amanida d'enciam i formatge fresc
logurt natural ECO sense sucre

11
Arròs amb salsa de tomàquet
Gall dindi a la planxa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita del temps

12
Pèsols amb patata
Hamburguesa de vedella a la planxa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

15
Amanida de llenties vegetal
Truita de formatge
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita del temps

16
Coliflor amb patata
Croquetes de mill sense gluten#
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

17
Crema de verdures amb crostons
Espaguetis **integrals** amb bolonyesa de carn
Fruita del temps

18
Paella de verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

19
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Pollastre al forn
Patates xips
Fruita del temps

22
Arròs amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps

23
ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres amb brou d'au
Pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Crema catalana

24
Bròquil amb patata
Truita de patates i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

25
Cigrons amb espinacs
Pollastre al forn
Tomàquet al forn
Fruita del temps

26
Macarrons amb sofregit de tomàquet i verdures
Gall dindi amb salsa de poma (a part)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

29
FESTA

30
FESTA

*Plat o producte sense peix
#Plat o producte especial sense peix ni traces.

**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 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



DILLUNS

1
FESTA

DIMARTS

2
Arròs **integral** tres delícies
Croquetes de mill sense gluten#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

DIMECRES

3
Mongeta tendra amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i germinats
Fruita del temps

DIJOUS

4
Llenties estofades amb arròs
Peix fresc de mercat
Amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps

DIVENDRES

5
Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

8
Mongeta tendra amb patata
Peix blanc** al forn
Ceba confitada
Fruita del temps

9
Crema de cigrons
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

10
Espirals al funghi
Truita de patata i carbassó
Amanida d'enciam i formatge fresc
logurt natural ECO sense sucre

11
Arròs amb salsa de tomàquet
Calamars a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita del temps

12
Pèsols amb patata
Hamburguesa de vedella a la planxa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

15
Amanida de llenties vegetal
Truita de formatge
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita del temps

16
Coliflor amb patata
Croquetes de mill sense gluten#
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

17
Crema de verdures sense crostons
Espaguetis **integrals** amb bolonyesa de carn
Fruita del temps

18
Paella de verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

19
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Pollastre al forn
Patates xips
Fruita del temps

22
Arròs amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps

23
ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres amb brou d'au
Pollastre **arrebossat***
Amanida d'enciam
Crema catalana

24
Bròquil amb patata
Truita de patates i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

25
Cigrons amb espinacs
Pollastre al forn
Tomàquet al forn
Fruita del temps

26
Macarrons amb sofregit de tomàquet i verdures
Gall dindi amb salsa de poma (a part)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

29
FESTA

30
FESTA

*Plat o producte sense fruits secs ni traces.

#Plat o producte especial sense fruits secs ni traces.

**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 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
esplai.escola@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTA

2

Arròs **integral** tres delícies
Croquetes de mill sense gluten#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

3

Mongeta tendra amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i germinats
Fruita del temps

4

Llenties* estofades amb arròs
Peix fresc de mercat
Amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps

5

Espirals# amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

8

Mongeta tendra amb patata
Peix blanc** al forn
Ceba confitada
Fruita del temps

9

Crema de cigrons
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

10

Espirals# al funghi
Truita de patata i carbassó
Amanida d'enciam i formatge fresc
logurt natural ECO sense sucre

11

Arròs amb salsa de tomàquet
Calamars a l'andalusa casolans#
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita del temps

12

Pèsols amb patata
Hamburguesa de vedella* a la planxa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

15

Amanida de **llenties*** vegetal
Truita de formatge
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita del temps

16

Coliflor amb patata
Croquetes de mill sense gluten#
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

17

Crema de verdures sense crostons
Espaguetis# amb bolonyesa de carn
Fruita del temps

18

Paella de verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

19

Mongetes blanques saltejades amb all i
julivert
Pollastre al forn
Patates xips
Fruita del temps

22

Arròs amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps

23

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de **fideus#** amb brou d'au
Pollastre **arrebossat#**
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Crema catalana*

24

Bròquil amb patata
Truita de patates i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

25

Cigrons amb espinacs
Pollastre al forn
Tomàquet al forn
Fruita del temps

26

Macarrons# amb sofregit de tomàquet i
verdures
Gall dindi amb salsa de poma (a part)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

29

FESTA

30

FESTA

***Plat o producte sense gluten ni traces.**

#Plat o producte especial sense gluten ni traces.

****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 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



DILLUNS

1
FESTA

DIMARTS

2
Arròs **integral** tres delícies
Croquetes de mill sense gluten#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt de soja#

DIMECRES

3
Mongeta tendra amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i germinats
Fruita del temps

DIJOUS

4
Llenties estofades amb arròs
Peix fresc de mercat
Amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps

DIVENDRES

5
Espirals amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

8
Mongeta tendra amb patata
Peix blanc** al forn
Ceba confitada
Fruita del temps

9
Crema de cigrons
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

10
Espirals saltejats amb xampinyons
Truita de patata i carbassó
Amanida d'enciam
logurt de soja#

11
Arròs amb salsa de tomàquet
Calamars a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita del temps

12
Pèsols amb patata
Hamburguesa de vedella* a la planxa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

15
Amanida de llenties vegetal
Truita de formatge
Amanida d'enciam
Fruita del temps

16
Coliflor amb patata
Croquetes de mill sense gluten#
Amanida d'enciam i olives
logurt de soja#

17
Crema de verdures* sense crostons
Espaguetis **integrals** amb bolonyesa de carn
Fruita del temps

18
Paella de verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

19
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Pollastre al forn
Patates xips
Fruita del temps

22
Arròs amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps

23
ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres amb brou d'au
Pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt de soja sabor xocolata#

24
Bròquil amb patata
Truita de patates i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

25
Cigrons amb espinacs
Pollastre al forn
Tomàquet al forn
Fruita del temps

26
Macarrons amb sofregit de tomàquet i verdures
Gall dindi amb **salsa de poma*** (a part)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps

29
FESTA

30
FESTA

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

****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 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
esplai.escola@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTA

2

Arròs **integral** tres delícies
Croquetes de mill sense gluten#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

3

Mongeta tendra amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i germinats
Fruita del temps**

4

Llenties estofades amb arròs
Peix fresc de mercat
Amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps**

5

Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps**

8

Mongeta tendra amb patata
Peix blanc** al forn
Ceba confitada
Fruita del temps**

9

Crema de cigrons
Pollastre al forn
Amanida d'enciam
Fruita del temps**

10

Espirals al funghi
Truita de patata i carbassó
Amanida d'enciam i formatge fresc
logurt natural ECO sense sucre

11

Arròs amb salsa de tomàquet
Calamars a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita del temps**

12

Pèsols amb patata
Hamburguesa de vedella* a la planxa
Tomàquet al forn
Fruita del temps**

15

Amanida de llenties vegetal#
(sense blat de moro)
Truita de formatge
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita del temps**

16

Coliflor amb patata
Croquetes de mill sense gluten#
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

17

Crema de verdures sense crostons
Espaguetis **integrals** amb bolonyesa de carn
Fruita del temps**

18

Paella de verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps**

19

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Pollastre al forn
Patates xips
Fruita del temps**

22

Arròs amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del temps**

23

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres amb brou d'au
Pollastre **arrebossat***
Amanida d'enciam
Crema catalana

24

Bròquil amb patata
Truita de patates i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita del temps**

25

Cigrons amb espinacs
Pollastre al forn
Tomàquet al forn
Fruita del temps**

26

Macarrons amb sofregit de tomàquet i verdures
Gall dindi a la planxa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita del temps**

29

FESTA

30

FESTA

***Plat o producte sense fruits secs ni traces**
#Plat o producte especial sense fruits secs ni traces.
Qualsevol fruita excepte la poma**

****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 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
esplai.escola@fundesplai.org

