

Menú s/carn Escola Sant Jeroni - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Espinacs amb patata Hamburguesa vegetal a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Llacets amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	DIA FESTIU	Crema de verdures de temporada amb Crostons de pa Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Amanida russa amb ou dur i olives verdes (maionesa opcional) (s/px) Bacallà a la romana Patates xips Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Llenties estofades amb hortalisses Salsitxes vegetals a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures amb Crostons de pa Daus de tofu agredolços amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (sense bacó) Truita a la francesa Carbassó arrebossat Fruita de temporada	Cigrons a la provençal Formatge edam arrebossat Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pizza de pebrot verd i vermell, xampinyons i olives verdes Fruita de temporada	Crema de carbassó Daus de tofu amb salsa de poma Fruita de temporada	Arròs tres delícies sense carn Salmó arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Crema de xocolata
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Truita a la francesa amb orenga Albergínia arrebossada Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb Crostons de pa Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i poma 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, 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
esplai.escola@fundesplai.org



Menú s/fruita seca Escola Sant Jeroni - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Espinacs amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Llacets amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	DIA FESTIU	Crema de verdures de temporada Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Amanida russa amb ou dur i olives verdes (maionesa opcional) (s/px) Bacallà a la romana Patates xips Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat Truita de formatge Enciams variats amanits Fruita de temporada	Llenties estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara Truita a la francesa Carbassó arrebossat Fruita de temporada	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pizza de pernil cuit i formatge mozzarella Fruita de temporada	Crema de carbassó Daus de porc amb salsa de poma Fruita de temporada	Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga) Salmó arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Crema de xocolata
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Daus de gall dindi a l'orenga Albergínia arrebossada Fruita de temporada	Crema de pastanaga Pollastre al forn Amanida d'enciam i poma Fruita de temporada			

Plats i àpats sense fruits secs 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



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/marisc Escola Sant Jeroni - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Espinacs amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Llacets amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	DIA FESTIU	Crema de verdures de temporada amb Crostons de pa Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Amanida russa amb ou dur i olives verdes (maionesa opcional) (s/px) Bacallà a la romana Patates xips Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Llenties estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures amb Crostons de pa Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara Truita a la francesa Carbassó arrebossat Fruita de temporada	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pizza de pernil cuit i formatge mozzarella Fruita de temporada	Crema de carbassó Daus de porc amb salsa de poma Fruita de temporada	Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga) Salmó arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Crema de xocolata
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Daus de gall dindi a l'orenga Albergínia arrebossada Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb Crostons de pa Pollastre al forn Amanida d'enciam i poma Fruita de temporada			

El peix haurà de ser lliure de marisc 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, Seitò 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/ou, plv, gluten ni llegums Escola Sant Jeroni - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gall dindi a la planxa Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	Espinacs amb patata Bistec de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Espirals a la napolitana s/so Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	DIA FESTIU	Crema de verdures de temporada Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Crema de pastanaga i carbassa Bacallà a la romana (s/g i s/ou) Patates xips Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana (s/g i s/ou) Cuixa de pollastre a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada	Patates estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc s/lactosa Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma Gelatina de maduixa	Purè de verdures Filet de gall dindi a la planxa amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Cuixa de pollastre a la planxa Carbassó i ceba a la planxa Fruita de temporada	Arròs integral amb verdures Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata Pizza de pebrot verd i vermell, xampinyons i olives verdes Fruita de temporada	Crema de carbassó Daus de porc amb salsa de poma Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Salmó al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
29	30			
Patates estofades amb hortalisses Daus de gall dindi a l'orenga Albergínia a la planxa Fruita de temporada	Crema de pastanaga Pollastre al forn Amanida d'enciam i poma Fruita de temporada			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:


Fruita de temporada
iogurt 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@fundesplai.org



Menú s/plv Escola Sant Jeroni - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt de soja	Espinacs amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Llacets amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	DIA FESTIU	Crema de verdures de temporada Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Amanida russa amb ou dur i olives verdes (maionesa opcional) (s/px) Bacallà a la romana Patates xips Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa Truita a la francesa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Llenties estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge s/PLV Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt de soja	Purè de verdures Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la napolitana Truita a la francesa Carbassó arrebossat Fruita de temporada	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pizza de pebrot verd i vermell, xampinyons i olives verdes Fruita de temporada	Crema de carbassó Daus de porc amb salsa de poma Fruita de temporada	Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga) Salmó arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Daus de gall dindi a l'orenga Albergínia arrebossada Fruita de temporada	Crema de pastanaga Pollastre al forn Amanida d'enciam i poma 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, 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
esplai@fundesplai.org



Menú s/porc Escola Sant Jeroni - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Espinacs amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Llacets amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	DIA FESTIU	Crema de verdures de temporada amb Crostons de pa Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Amanida russa amb ou dur i olives verdes (maionesa opcional) (s/px) Bacallà a la romana Patates xips Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana Truita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Llenties estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Purè de verdures amb Crostons de pa Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Espaguetis a la carbonara (sense bacó) Truita a la francesa Carbassó arrebossat Fruita de temporada	Cigrons a la provençal Pit de pollastre arrebossat a les fines herbes Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pizza de pebrot verd i vermell, xampinyons i olives verdes Fruita de temporada	Crema de carbassó Daus de tofu amb salsa de poma Fruita de temporada	Arròs tres delícies sense carn Salmó arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Crema de xocolata
29	30			
Llenties estofades amb hortalisses Daus de gall dindi a l'orenga Albergínia arrebossada Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb Crostons de pa Pollastre al forn Amanida d'enciam i poma 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@fundesplai.org

