

Menú s/carn Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Hamburguesa vegetal de tofu i xampinyons amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	6 Bròquil amb patata Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	7 Sopa de brou vegetal amb estrelletes Truita a la francesa amb orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes vegetals Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga amb Crostons de pa Daus de tofu agredolços amb Bròquil a la romana Fruita de temporada	13 Macarrons a la napolitana Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural ECO s/sucre	14 Patates gratinades amb beixamel Salsitxes vegetals a la planxa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou vegetal (fideus, cigrons i mongetes seques) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata amb Crostons de pa Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Risotto de xampinyons i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la carbonara vegetal de soja i formatge ratllat Nuggets de bròquil i formatge amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata	21 Mongeta tendra amb patata Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Formatge edam arrebossat Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita a la francesa Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa amb Crostons de pa Fideuà de peix Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	28 Llenties estofades amb hortalisses Hamburguesa vegetal a la planxa Guarnició de carbassó al forn 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



Menú s/fruita seca Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada	13 Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Enciams variats amanits logurt natural ECO s/sucre	14 Patates gratinades amb beixamel Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Risotto de xampinyons i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Nuggets casolans de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa Fideuà de peix Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	28 Llenties estofades amb xoriço Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn 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@fundesplai.org



Menú s/gluten Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet (s/g i s/ou) Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes (s/g i s/o) Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre s/gluten Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Daus de gall dindi agredolç (amb salsa de soja s/gluten) amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada	13 Macarrons a la bolonyesa (s/g) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural ECO s/sucre	14 Patata bullida amb oli d'oliva Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/g i s/o) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Risotto de xampinyons i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la carbonara amb formatge ratllat (s/g) Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes (s/g) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa Fideuà de peix (s/g i s/o) Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	28 Llenties estofades amb xoriço Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn Fruita de temporada

Plats i productes lliures de gluten ni traces.

Lles llenties seràn seques, mai de llauna.

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/gluten, llegums, plv ni avena Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet (s/soja) Truita a la francesa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Arròs integral amb verduretes Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i pastanaga Gelatina de maduixa	6 Bròquil amb patata Bistec de vedella a la planxa amb patata al caliu Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes (s/g i s/o) Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Patates estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Filet de gall dindi a la planxa amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada	13 Macarrons a la napolitana (s/soja) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Gelatina de maduixa	14 Patata bullida amb oli d'oliva Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Sopa amb brou d'au i fideus (s/so) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Arròs amb xampinyons Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la napolitana s/so Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) amb Amanida d'enciam i blat de moro Gelatina de maduixa	21 Patata bullida amb oli d'oliva Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes (s/g) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 (F) Saltat de verdures (s/all ni ceba) Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa Fideuà de peix s/so Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma Gelatina de maduixa	28 Patates estofades amb hortalisses Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn Fruita de temporada

Plats i productes lliures de gluten, llegums, proteïna de llet de vaca, civada ni traces.

Les lleties sempre seràn seques, mai de llauna, per garantir que són lliures de gluten.

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/gluten ni lactosa Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet (s/g i s/ou) Truita de formatge s/lactosa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre s/lactosa	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes (s/g i s/o) Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Daus de gall dindi agredolç (amb salsa de soja s/gluten) amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada	13 Macarrons a la bolonyesa (s/g) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural sense sucre s/lactosa	14 Patata bullida amb oli d'oliva Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/g i s/o) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Arròs amb xampinyons Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 APAT DELS DRETS DELS INFANTS Espirals a la carbonara sense formatge ratllat (s/lactosa i s/gluten) Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata de soja s/gluten	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes (s/g) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa Fideuà de peix (s/g i s/o) Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural sense sucre s/lactosa	28 Llenties estofades amb xoriço Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn Fruita de temporada

Plats i productes lliures de gluten, lactosa ni traces.

Lles llenties seràn seques, mai de llauna.

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/gluten ni lleties Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet (s/g i s/ou) Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes (s/g i s/o) Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre s/gluten Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Patates estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Daus de gall dindi agredolç (amb salsa de soja s/gluten) amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada	13 Macarrons a la bolonyesa (s/g) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural ECO s/sucre	14 Patata bullida amb oli d'oliva Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/g i s/o) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Risotto de xampinyons i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la carbonara amb formatge ratllat (s/g) Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes (s/g) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa Fideuà de peix (s/g i s/o) Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	28 Patates estofades amb hortalisses Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn Fruita de temporada

Plats i productes lliures de gluten, 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, Seitò 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/lactosa Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet Trita de formatge s/lactosa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre s/lactosa	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes vegetals Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada	13 Macarrons a la bolonyesa Trita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural sense sucre s/lactosa	14 Patata bullida amb oli d'oliva Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata Trita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Arròs amb xampinyons Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la carbonara sense formatge ratllat (s/lactosa i s/gluten) Nuggets casolans de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata de soja s/gluten	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Trita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa Fideuà de peix Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural sense sucre s/lactosa	28 Llenties estofades amb xoriço Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn Fruita de temporada

Plats i productes lliures de lactosa 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
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/marisc Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre s/gluten Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga amb Crostons de pa Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada	13 Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural ECO s/sucre	14 Patates gratinades amb beixamel Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata amb Crostons de pa Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Risotto de xampinyons i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Nuggets casolans de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa amb Crostons de pa Macarrons saltats amb pollastre Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	28 Llenties estofades amb xoriço Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn 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@fundesplai.org



Menú s/ou, plv, gluten ni llegums Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet (s/soja) Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Arròs integral amb verdures Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i pastanaga Gelatina de maduixa	6 Bròquil amb patata Bistec de vedella a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes (s/g i s/o) Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de mill (s/g) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Patates estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga Filet de gall dindi a la planxa amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada	13 Macarrons a la napolitana (s/soja) Filet de gall dindi a la planxa Enciams variats amanits Gelatina de maduixa	14 Patata bullida amb oli d'oliva Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Sopa amb brou d'au i fideus (s/so) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Arròs amb xampinyons Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la napolitana s/so Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) amb Amanida d'enciam i blat de moro Gelatina de maduixa	21 Patata bullida amb oli d'oliva Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Saltat de verdures Pit de pollastre a la planxa Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa Fideuà de peix s/so Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma Gelatina de maduixa	28 Patates estofades amb hortalisses Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn 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, Seitò 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/pebrot Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Puré de verdures (ceba, pastanaga i bròquil) (vegetariana) Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties bullides amb oli d'oliva Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga amb Crostons de pa Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada	13 Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural ECO s/sucre	14 Patates gratinades amb beixamel Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata amb Crostons de pa Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Risotto de xampinyons i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Nuggets casolans de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa amb Crostons de pa Macarrons saltats amb pollastre Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	28 Llenties bullides amb oli d'oliva Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn Fruita de temporada

Plats i àpats sense pebrot

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@fundesplai.org



Menú s/peix Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Croquetes de mill (s/g) Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb estrelletes Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes vegetals Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties estofades amb hortalisses Pit de pollastre a la planxa amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga amb Crostons de pa Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada	13 Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural ECO s/sucre	14 Patates gratinades amb beixamel Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) Filet de gall dindi a la planxa Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata amb Crostons de pa Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Risotto de xampinyons i formatge Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Nuggets casolans de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa amb Crostons de pa Macarrons saltats amb pollastre Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	28 Llenties estofades amb xoriço Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn Fruita de temporada

Plats i productes lliures de peix i 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: Lluc, 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 Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada 3	Llacets amb salsa de tomàquet Truita a la francesa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada 4	Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja 5	Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada 6	Sopa d'au amb estrelletes Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada 7
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes vegetals Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada 10	Llenties estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada 11	Crema de carbassa i pastanaga Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada 12	Macarrons a la bolonyesa Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt de soja 13	Patata bullida amb oli d'oliva Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada 14
Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada 17	Crema de porro i patata Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada 18	Arròs amb xampinyons Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada 19	<u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la napolitana Nuggets casolans de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata de soja s/gluten 20	Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada 21
Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada 24	Cigrons saltejats amb sofregit Truita de pernil cuit Patates xips Fruita de temporada 25	Crema de pastanaga i carbassa Fideuà de peix Fruita de temporada 26	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt de soja 27	Llenties estofades amb xoriço Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn Fruita de temporada 28

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



Menú s/porc Escola Sant Jeroni - Novembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Paella de verdures Pollastre a la llimona amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Llacets amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	5 Cigrons a la provençal Tiretes de lluç casolanes Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	6 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella al forn amb salsa de tomàquet i ceba Fruita de temporada	7 Sopa de brou vegetal amb estrelletes Daus de gall dindi a l'orenga Patata al caliu Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Llenties estofades amb hortalisses Rap amb salsa verda amb Patates panadera Fruita de temporada	12 Crema de carbassa i pastanaga amb Crostons de pa Daus de gall dindi agredolç amb Bròquil a la romana Fruita de temporada	13 Macarrons a la napolitana Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes logurt natural ECO s/sucre	14 Patates gratinades amb beixamel Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
17 Escudella barrejada amb brou d'au (fideus, cigrons i mongetes seques) Salmó al forn Albergínia al forn Fruita de temporada	18 Crema de porro i patata amb Crostons de pa Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	19 Risotto de xampinyons i formatge Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	20 <u>APAT DELS DRETS DELS INFANTS</u> Espirals a la napolitana amb formatge ratllat Nuggets casolans de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Crema de xocolata	21 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
24 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	25 Cigrons saltejats amb sofregit Truita a la francesa Patates xips Fruita de temporada	26 Crema de pastanaga i carbassa amb Crostons de pa Fideuà de peix Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	28 Llenties estofades amb hortalisses Pollastre al forn Guarnició de carbassó al forn 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

