

Menú HALAL Escola Sant Jeroni - Gener

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			DIA FESTIU	
5	DIA FESTIU	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

Tota la carn té certificat HALAL.

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.escola@fundesplai.org



Menú s/gluten Escola Sant Jeroni - Gener

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			DIA FESTIU 1	2
5	DIA FESTIU 6	7	8 Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/g) Croquetes de pollastre s/gluten Guarnició de pastanaga i blat de moro Crema de vainilla	9 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada
12 Mongeta tendra amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	13 Llacets a la napolitana (s/g i s/o) Trita de patata i ceba Albergínia al forn Fruita de temporada	14 Paella de verdures Pollastre a la llimona Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	15 Sopa amb brou vegetal i fideus (s/g ni ou) Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	16 Cigrons a la provençal Daus de gall dindi a l'orenga Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
19 Llenties estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn amb patates panadera Fruita de temporada	20 Macarrons a la bolonyesa (s/g) Rap amb salsa verda Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	21 Mongetes blanques a l'hortelana Trita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	22 Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge Bacallà a la romana (s/g) Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	23 Crema de carbassa Daus de gall dindi agredolç (amb salsa de soja s/gluten) amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada
26 Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/g i s/o) Salmó al forn Carbassó arrebossat (s/g i s/ou) Fruita de temporada	27 Espirals a la napolitana (s/so) Pit de pollastre arrebossat (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	28 Bledes amb patata saltejades amb allet Carn magra amb salsa de poma Fruita de temporada	29 Risotto de xampinyons i formatge Trita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	30 Crema de porro i patata Pizza casolana de pernil i formatge (s/gluten) Amanida d'enciam i pastanaga Crema de xocolata

Plats i productes lliures de gluten ni traces.

Lles llenties seràn seques, mai de llauna.

Dissenyat per Nerea Cano

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 ni lleties Escola Sant Jeroni - Gener

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			DIA FESTIU 1		2
5	DIA FESTIU 6	7	8	9	
			Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/g) Croquetes de pollastre s/gluten Guarnició de pastanaga i blat de moro Crema de vainilla	Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	
12	13	14	15	16	
Mongeta tendra amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Ceba confitada Fruita de temporada	Llacets a la napolitana (s/g i s/o) Trita de patata i ceba Albergínia al forn Fruita de temporada	Paella de verdures Pollastre a la llimona Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	Sopa amb brou vegetal i fideus (s/g ni ou) Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi a l'orenga Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	
19	20	21	22	23	
Patates estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn amb patates panadera Fruita de temporada	Macarrons a la bolonyesa (s/g) Rap amb salsa verda Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	Mongetes blanques a l'hortelana Trita de formatge Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge Bacallà a la romana (s/g) Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Crema de carbassa Daus de gall dindi agredolç (amb salsa de soja s/gluten) amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada	
26	27	28	29	30	
Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques) (s/g i s/o) Salmó al forn Carbassó arrebossat (s/g i s/ou) Fruita de temporada	Espirals a la napolitana (s/so) Pit de pollastre arrebossat (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb allet Carn magra amb salsa de poma Fruita de temporada	Risotto de xampinyons i formatge Trita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	Crema de porro i patata Pizza casolana de pernil i formatge (s/gluten) Amanida d'enciam i pastanaga Crema de xocolata	

Plats i productes lliures de gluten ni traces.

No es donarà lleties

Dissenyat per Nerea Cano

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/pebrot Escola Sant Jeroni - Gener

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			DIA FESTIU	
5	DIA FESTIU	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

Plats i àpats sense pebrot

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.escola@fundesplai.org



Menú s/peix Escola Sant Jeroni - Gener

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			DIA FESTIU	
5	DIA FESTIU	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

Plats i productes lliures de peix i traces.

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: 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
esplai.escola@fundesplai.org



Menú s/plv Escola Sant Jeroni - Gener

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			DIA FESTIU	
5	DIA FESTIU	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

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.escola@fundesplai.org



Menú s/plv, gluten ni soja Escola Sant Jeroni - Gener

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			DIA FESTIU ¹	²
⁵	DIA FESTIU ⁶	⁷	⁸ Espaguetis amb salsa de tomàquet (s/ceba ni soja) Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro Gelatina de maduixa	⁹ Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits Fruita de temporada
¹² Mongeta tendra amb patata Bistec de vedella a la planxa/forn Ceba confitada Fruita de temporada	¹³ Llacets a la napolitana s/so Trita de patata i ceba Albergínia al forn Fruita de temporada	¹⁴ Paella de verdures Pollastre a la llimona Amanida d'enciam i pastanaga Gelatina de maduixa	¹⁵ Sopa amb brou vegetal i fideus (s/so) Tiretes de lluç casolanes (s/g i s/ou) Enciams variats amanits Fruita de temporada	¹⁶ Cigrons a la provençal Daus de gall dindi a l'orenga Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada
¹⁹ Llenties estofades amb hortalisses Aletes de pollastre al forn amb patates panadera Fruita de temporada	²⁰ Espirals a la bolonyesa de carn magra (s/so) Rap amb salsa verda Enciams variats amanits Fruita de temporada	²¹ Mongetes blanques a l'hortelana Trita a la francesa Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	²² Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge s/PLV Bacallà a la romana (s/g) Amanida d'enciam i poma Gelatina de maduixa	²³ Crema de carbassa Filet de gall dindi a la planxa/forn amb Bròquil a la romana s/gluten i s/ou Fruita de temporada
²⁶ Escudella amb brou vegetal (arròs i fideus) (s/so) Salmó al forn Carbassó arrebossat (s/g i s/ou) Fruita de temporada	²⁷ Espirals a la napolitana (s/so) Pit de pollastre arrebossat (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	²⁸ Bledes amb patata saltejades amb alliet Carn magra amb salsa de poma Fruita de temporada	²⁹ Arròs amb xampinyons Trita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	³⁰ Crema de porro i patata Pizza s/gluten de cavalla amb formatge vegà (s/plv) Amanida d'enciam i pastanaga Gelatina de maduixa

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.escola@fundesplai.org



Menú s/poma Escola Sant Jeroni - Gener

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			DIA FESTIU 1	2
5	DIA FESTIU 6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

No es donarà poma de fruita

Dissenyat per Nerea Cano

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.escola@fundesplai.org

