

# ABRIL 2026

## ESCOLA SPLAI



**Grup Barnalleure**  
Serveis Integrals de Lleure



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
<b>FESTA</b>	Macarrons al estil oriental (saltejat de verdures i soja) Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga Fruita del temps	Mongeta tendra amb patata Contraçuixa de pollastre al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga Iogurt	Arròs amb salsa de tomàquet Trita de carbassó amb amanida Fruita del temps	Estofat de cigrons amb carbassa Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit Fruita del temps
Paella de verdures Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	Menestra de verdures amb patata Pernilets de pollastre amb amanida de brots verds i pastanaga rallada Fruita del temps	Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba Seitò enfarinat amb amanida d'enciam i blat de moro Iogurt	Estofat de mongeta blanca amb verdures Trita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa Magra de llom amb salsa de tomàquet amb enciam i remolatxa Fruita del temps
Pasta amb bolonyesa vegetal Trita d'espínacs amb enciam i pastanaga rallada Fruita del temps	Cigrons estofats Contraçuixa de pollastre rostida amb patata i carbassó Fruita del temps	Arròs amb verduretes Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet Iogurt	<b>23</b> Sopa de brou de conte (lletres) Llibre de pernil i formatge (cordon bleu) amb amanida Pastis de Sant Jordi	Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda) Llenties amb sofregit de verdures Fruita del temps
Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga Trita de formatge amb amanida Fruita del temps	Sopa minestrone amb pasta Pernilets de pollastre al forn amb herbes i amanida Fruita del temps	Crema de carbassó Mongetes blanques amb verduretes saltejades Iogurt	Pasta a la jardinerera amb formatge Lluç arrebossat amb amanida de brots verds i pastanaga Fruita del temps	

Menús revisats per dietista-nutricionista col·legiada n°CAT001866. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització.

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat

Ens basem en les guies d'alimentació saludable de la Generalitat de Catalunya



Utilitzem l'oli d'oliva verge per amanir

Utilitzem la sal iodada en totes les preparacions

Fruita de temporada:  
Poma, pera, plàtan, taronja i maduixa

**Dijous 23: SANT**

**JORDI**



# PER QUÈ POTENCIEM EL CONSUM DE PROTEÏNA VEGETAL?

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana reduir el consum de **carn vermella i de carn processada** ja que el consum excessiu d'aquestes carns es relaciona amb un increment de risc de problemes de salut.


Els **llegums** destaquen tant pels nutrients beneficiosos que contenen (fibra, vitamines, minerals, antioxidants, proteïnes, hidrats de carboni), com pel fet de no aportar aquells nutrients que es recomana limitar (sal, greixos saturats i sucres).

És per aquest motiu que a Barnalleure introduïm els dies "proteïna vegetal" apostant per les llegums com a plat principal ja que aporten la mateixa quantitat de proteïna que la carn però sent **molt més beneficioses per la salut dels infants**.

**NOUS MENÚS ESCOLARS**  
MENYS CARN VERMELLA I MÉS PROTEÏNA VEGETAL


**Primer plat**

Sense proteïna animal




**Segon plat**

Proteïna vegetal: mínim 2 dies a la setmana



Proteïna animal: màxim 3 dies a la setmana

Carn vermella: màxim 1 dia a la setmana



# PROPOSTA DE SOPARS SALUDABLES



## VERDURES I FRUITES

Com més millor! Han de ser la meitat de la nostra alimentació diària. Hauríem de consumir 5 racions de verdura i fruita al dia, 3 de fruita i 2 de verdura

## CEREALS

Han de suposar 1/4 del nostre plat saludable, sempre hem de triar varietats integrals, com pa integral, pasta, arròs, cibada integral...

## PROTEÏNES

Molt importants pel bon creixement! Podem consumir proteïna animal com el peix, ous, carns magres i làctics; o proteïna vegetal, com els llegums, llavors o fruits secs. És important reduir el consum de carn vermella i processada

## Per beure? Aigua!

És la millor opció de beguda que podem fer. Hem d'evitar el consum de begudes ensucrades i sucres envasats

## EXEMPLES DEL PLAT SALUDABLE



## SI HEM DINAT...

Cereals(pasta, arròs...) -----  
Verdures -----  
Carn -----  
Peix -----  
Ous -----  
Fruita -----  
Làctics -----

## PODEM SOPAR...

Verdures cuites o crues, llegums  
Llegums o cereals i verdures  
Peix, ous, llegums  
Carns magres, ous o llegums  
Peix, carns magres o llegums  
Làctics no ensucrats  
Fruita



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7  Macarrons al estil oriental (saltejat de verdures i soja)  Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	8  Mongeta tendra amb patata  Contracuixa de pollastre al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga  logurt	9  Arròs amb salsa de tomàquet  Trita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	10  Estofat de cigrons amb carbassa  Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit  Fruita del temps
13  Paella de verdures  Llenties estofades amb verdures  Fruita del temps	14  Menestra de verdures amb patata  Pernilets de pollastre amb amanida de brots verds i pastanaga rallada  Fruita del temps	15  Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba  Seitó enfarinat amb amanida d enciam i blat de moro  logurt	16  Estofat de mongeta blanca amb verdures  Trita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga  Fruita del temps	17  Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa  Magra de llom amb salsa de tomàquet amb enciam i remolatxa  Fruita del temps
20  Pasta amb bolonyesa vegetal  Trita d espinacs amb enciam i pastanaga rallada  Fruita del temps	21  Cigrons estofats  Contracuixa de pollastre rostida amb patata i carbassó  Fruita del temps	22  Arròs amb verduretes  Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet  logurt	23  Sopa de brou de conte (pasta de lletres)  Llibre de pernil i formatge (cordon bleu) amb amanida  Pastís de Sant Jordi	24  Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda)  Llenties amb sofregit de verdures  Fruita del temps
27  Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga  Trita de formatge amb amanida  Fruita del temps	28  Sopa minestrone amb pasta  Pernilets de pollastre al forn amb herbes i amanida  Fruita del temps	29  Crema de carbassó  Mongetes blanques amb verduretes saltejades  logurt	30  Pasta a la jardinera amb formatge  Lluç arrebossat amb amanida de brots verds i pastanaga  Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7  Macarrons al estil oriental (saltejat de verdures i soja)  Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	8  Mongeta tendra amb patata Contracuixa de pollastre* al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga  logurt	9  Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	10  Estofat de cigrons amb carbassa Llenties saltejades amb verdures i arròs  Fruita del temps
13  Paella de verdures Llenties estofades amb verdures  Fruita del temps	14  Menestra de verdures amb patata  Pernilets de pollastre amb amanida de brots verds i pastanaga rallada  Fruita del temps	15  Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba  Pit de gall dindi amb amanida d'enciam i blat de moro  logurt	16  Estofat de mongeta blanca amb verdures  Truita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga  Fruita del temps	17  Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa  Magra de llom amb salsa de tomàquet amb enciam i remolatxa  Fruita del temps
20  Pasta amb bolonyesa vegetal Truita d'espínacs amb enciam i pastanaga rallada  Fruita del temps	21  Cigrons estofats Contracuixa de pollastre rostida amb patata i carbassó  Fruita del temps	22  Arròs amb verduretes Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet  logurt	23  Sopa de brou de conte (pasta de lletres)  Llibre de pernil i formatge (cordon bleu) amb amanida  Pastís de Sant Jordi	24  Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda)  Llenties amb sofregit de verdures  Fruita del temps
27  Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga Truita de formatge amb amanida  Fruita del temps	28  Sopa minestrone amb pasta Pernilets de pollastre al forn amb herbes i amanida  Fruita del temps	29  Crema de carbassó Mongetes blanques amb verduretes saltejades  logurt	30  Pasta a la jardinera amb formatge Truita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7  Macarrons al estil oriental (saltejat de verdures i soja)  Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	8  Mongeta tendra amb patata Contraçuixa de pollastre* al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga  logurt	9  Arròs amb salsa de tomàquet Mongeta blanca amb verdures  Fruita del temps	10  Estofat de cigrons amb carbassa  Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit  Fruita del temps
13  Paella de verdures Llenties estofades amb verdures  Fruita del temps	14  Menestra de verdures amb patata  Pernilets de pollastre amb amanida de brots verds i pastanaga rallada  Fruita del temps	15  Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba  Maires al forn amb amanida d'enciam i blat de moro  logurt	16  Broquil amb patata  Estofat de mongeta blanca amb verdures  Fruita del temps	17  Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa  Magra de llom amb salsa de tomàquet amb enciam i remolatxa  Fruita del temps
20  Pasta amb bolonyesa vegetal Bacallà amb salsa verda amb enciam i pastanaga rallada  Fruita del temps	21  Cigrons estofats Contraçuixa de pollastre* rostida amb patata i carbassó  Fruita del temps	22  Arròs amb verdures Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet  logurt	23  Sopa de brou de conte Llibrets de gall dindi i formatge amb amanida  Postre especial	24  Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda)  Llenties amb sofregit de verdures  Fruita del temps
27  Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga Llenties estofades amb verdures  Fruita del temps	28  Sopa minestrone amb pasta Pernilets de pollastre al forn amb herbes i amanida  Fruita del temps	29  Crema de carbassó Mongetes blanques amb verdures saltejades  logurt	30  Pasta a la jardinera amb formatge Lluç al forn amb amanida de brots verds i pastanaga  Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7  Macarrons al estil oriental (saltejat de verdures i soja)  Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	8  Mongeta tendra amb patata Contraçuixa de pollastre* al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga  logurt sense lactosa	9  Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	10  Estofat de cigrons amb carbassa  Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit  Fruita del temps
13  Paella de verdures  Llenties estofades amb verdures  Fruita del temps	14  Menestra de verdures amb patates  Pernilets de pollastre amb amanida de brots verds i pastanaga rallada  Fruita del temps	15  Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba  Seitó enfarinat amb amanida d'enciam i blat de moro  logurt sense lactosa	16  Estofat de mongeta blanca amb verdures  Truita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga  Fruita del temps	17  Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa  Magra de llom amb salsa de tomàquet amb enciam i remolatxa  Fruita del temps
20  Pasta amb bolonyesa vegetal  Truita d'espínacs amb enciam i pastanaga rallada  Fruita del temps	21  Cigrons estofats Contraçuixa de pollastre* rostida amb patata i carbassó  Fruita del temps	22  Arròs amb verduretes  Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet  logurt sense lactosa	23  Sopa de brou de conte (pasta de lletres)  Pollastre arrebossat sense gluten amb amanida  Postre especial	24  Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda)  Llenties amb sofregit de verdures  Fruita del temps
27  Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga  Truita francesa amb amanida  Fruita del temps	28  Sopa minestrone amb pasta  Pernilets de pollastre al forn amb herbes i amanida  Fruita del temps	29  Crema de carbassó  Mongetes blanques amb verduretes saltejades  logurt sense lactosa	30  Pasta a la jardinera  Lluç arrebossat amb amanida de brots verds i pastanaga  Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7  Macarrons al estil oriental (saltejat de verdures i soja)  Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	8  Mongeta tendra amb patata Contraçuixa de pollastre* al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga  Gelatina	9  Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	10  Estofat de cigrons amb carbassa  Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit  Fruita del temps
13  Paella de verdures Llenties estofades amb verdures  Fruita del temps	14  Menestra de verdures amb patata  Pernilets de pollastre amb amanida de brots verds i pastanaga rallada  Fruita del temps	15  Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba  Seitó enfarinat amb amanida d'enciam i blat de moro  Gelatina	16  Estofat de mongeta blanca amb verdures  Truita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga  Fruita del temps	17  Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa  Magra de llom amb salsa de tomàquet amb enciam i remolatxa  Fruita del temps
20  Pasta amb bolonyesa vegetal Truita d'espínacs amb enciam i pastanaga rallada  Fruita del temps	21  Cigrons estofats Contraçuixa de pollastre* rostida amb patata i carbassó  Fruita del temps	22  Arròs amb verduretes  Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet  Gelatina	23  Sopa vegetal de conte Pollastre arrebossat sense gluten amb amanida  Postre especial	24  Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda)  Llenties amb sofregit de verdures  Fruita del temps
27  Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga Truita francesa amb amanida  Fruita del temps	28  Sopa minestrone amb pasta Pernilets de pollastre al forn amb herbes i amanida  Fruita del temps	29  Crema de carbassó Mongetes blanques amb verduretes saltejades  Gelatina	30  Pasta a la jardinera amb formatge Lluç arrebossat amb amanida de brots verds i pastanaga  Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7 Macarrons sense gluten amb verdures saltejades Magra de porc amb salsa de tomàquet Fruita del temps	8 Mongeta tendra amb patata Contraçuixa de pollastre* al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga logurt	9 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb amanida Fruita del temps	10 Estofat de cigrons amb carbassa Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit Fruita del temps
13 Paella de verdures Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	14 Menestra de verdures amb patata Pernilets de pollastre amb amanida de brots verds i pastanaga rallada Fruita del temps	15 Pasta sense gluten amb sofregit de tomàquet i ceba Maires al forn amb amanida d'enciam i blat de moro logurt	16 Estofat de mongeta blanca amb verdures Truita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	17 Crema de carbassa i pastanaga Magra de llom amb salsa de tomàquet amb enciam i remolatxa Fruita del temps
20 Pasta sense gluten amb bolonyesa vegetal Truita d'espínacs amb enciam i pastanaga rallada Fruita del temps	21 Cigrons estofats Contraçuixa de pollastre* rostida amb patata i carbassó Fruita del temps	22 Arròs integral amb verduretes Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet logurt	23 Sopa de brou amb pasta sense gluten Pollastre arrebosat sense gluten amb amanida Postre especial	24 verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda) Llenties amb sofregit de verdures Fruita del temps
27 Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga Truita de formatge amb amanida Fruita del temps	28 Sopa minestrone amb pasta sense gluten Pernilets de pollastre al forn amb herbes i amanida Fruita del temps	29 Crema de carbassó Mongetes blanques amb verduretes saltejades logurt	30 Pasta a la jardiner amb formatge Lluç al forn amb amanida de brots verds i pastanaga Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7  Macarrons al estil oriental (saltejat de verdures i soja)  Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	8  Mongeta tendra amb patata Contraçuixa de pollastre* al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga  logurt	9  Arròs amb salsa de tomàquet Trita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	10  Estofat de cigrons amb carbassa  Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit  Fruita del temps
13  Paella de verdures Llenties estofades amb verdures  Fruita del temps	14  Menestra de verdures amb patata  Pernilets de pollastre amb amanida de brots verds i pastanaga rallada  Fruita del temps	15  Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba  Seitó enfarinat amb amanida d enciam i blat de moro  logurt	16  Estofat de mongeta blanca amb verdures  Trita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga  Fruita del temps	17  Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa  Magra de llom amb salsa de tomàquet amb enciam i remolatxa  Fruita del temps
20  Pasta amb bolonyesa vegetal Trita d espinacs amb enciam i pastanaga rallada  Fruita del temps	21  Cigrons estofats Contraçuixa de pollastre* rostida amb patata i carbassó  Fruita del temps	22  Arròs amb verduretes  Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet  logurt	23  Sopa de brou de conte (pasta de lletres)  Llibre de pernil i formatge (cordon bleu) amb amanida  Postre especial	24  Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda)  Llenties amb sofregit de verdures  Fruita del temps
27  Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga Trita de formatge amb amanida  Fruita del temps	28  Sopa minestrone amb pasta Pernilets de pollastre al forn amb herbes i amanida  Fruita del temps	29  Crema de carbassó Mongetes blanques amb verduretes saltejades  logurt	30  Pasta a la jardinera amb formatge Lluç arrebossat amb amanida de brots verds i pastanaga  Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7 Macarrons al estil oriental (saltejat de verdures i soja) Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga Fruita del temps	8 Mongeta tendra amb patata Hamburguesa vegetal amb amanida de brots verds i pastanaga logurt	9 Arròs amb salsa de tomàquet Trita de carbassó amb amanida Fruita del temps	10 Estofat de cigrons amb carbassa Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit Fruita del temps
13 Paella de verdures Llenties estofades amb verdures Fruita del temps	14 Menestra de verdures amb patata Lluç al forn amb salsa verda amb amanida de brots verds i pastanaga rallada Fruita del temps	15 Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba Seitó enfarinat amb amanida d'enciam i blat de moro logurt	16 Estofat de mongeta blanca amb verdures Trita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	17 Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i remolatxa Fruita del temps
20 Pasta amb bolonyesa vegetal Trita d'espínacs amb enciam i pastanaga rallada Fruita del temps	21 Cigrons estofats Hamburguesa vegetal amb patata i carbassó Fruita del temps	22 Arròs amb verduretes Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet logurt	23 Sopa vegetal de conte (pasta de lletres) Lluç arrebossat amb amanida Pastís de Sant Jordi	24 Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda) Llenties amb sofregit de verdures Fruita del temps
27 Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga Trita de formatge amb amanida Fruita del temps	28 Sopa minestrone amb pasta Porcions de lluç al forn amb herbes i amanida Fruita del temps	29 Crema de carbassó Mongetes blanques amb verduretes saltejades logurt	30 Pasta a la jardinera amb formatge Lluç arrebossat amb amanida de brots verds i pastanaga Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1  FESTA	2  FESTA	3  FESTA
6  FESTA	7  Macarrons amb verdures saltejades  Rotllets de primavera amb enciam i pastanaga  Fruita del temps	8  Mongeta tendra amb patata  Contraçuixa de pollastre* al forn amb herbes i amanida de brots verds i pastanaga  logurt	9  Arròs amb salsa de tomàquet  Trita de carbassó amb amanida  Fruita del temps	10  Estofat de cigrons amb carbassa  Lluç al forn amb salsa verda amb tomàquet amanit  Fruita del temps
13  Paella de verdures  Llenties estofades amb verdures  Fruita del temps	14  Menestra de verdures amb patata  Pernilets de pollastre* amb amanida de brots verds i pastanaga rallada  Fruita del temps	15  Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba  Seitó enfarinat amb amanida d enciam i blat de moro  logurt	16  Estofat de mongeta blanca amb verdures  Trita paisana amb patata amb brots verds i pastanaga  Fruita del temps	17  Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa  Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i remolatxa  Fruita del temps
20  Pasta amb bolonyesa vegetal  Trita d espinacs amb enciam i pastanaga rallada  Fruita del temps	21  Cigrons estofats  Contraçuixa de pollastre* rostida amb patata i carbassó  Fruita del temps	22  Arròs amb verduretes  Lluç al forn amb farigola amb amanida de enciam i tomàquet  logurt	23  Sopa vegetal de conte (pasta de lletres)  Lluç arrebossat amb amanida  Pastís de Sant Jordi	24  Verdura tres colors (coliflor, pastanaga i mongeta verda)  Llenties amb sofregit de verdures  Fruita del temps
27  Arròs amb sofregit de tomàquet, pastanaga, ceba i orenga  Trita de formatge amb amanida  Fruita del temps	28  Sopa minestrone amb pasta  Pernilets de pollastre* al forn amb herbes i amanida  Fruita del temps	29  Crema de carbassó  Mongetes blanques amb verduretes saltejades  logurt	30  Pasta a la jardinera amb formatge  Lluç arrebossat amb amanida de brots verds i pastanaga  Fruita del temps	

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.